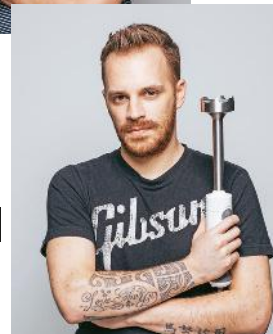
DICEMBRE 2020 - € 2,00
GialloZafferano
la cucina nelle tue mani
3 menu per NATALE
Millefoglie alla frutta pag. 19
100 RICETTE INEDITE non le trovi sul sito
CAPPONE E TACCHINO per secondi importanti
&
CALENDARIO DELL'AVVENTO fai da te CON LA PASTA biscotto
+
scenografici PANI per la festa
Cucina con noi 20 piatti a forma di stella, albero e tanto altro
un buonissimo Natale
9 772532 353008 02012
IN EDICOLA IL 17 NOVEMBRE 2020
GRUPPO MONDADORI
Anno 4 - N.12 - Mensile - Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - Aut. n° MIPA/LO - NO/193/A.P./2020 - Periodico ROC - Austria € 5,30 - Belgio € 5,30 - Germania € 6,70 - P. Monaco/C. Azzurra € 6,20 - Portogallo € 4,80 - Spagna € 4,80 - Stati Uniti $ 7,00 - Svizzera CHF 6,00 - Svizzera Italiana CHF 5,70

Aurora

Manuel

benvenuti in **redazione**

La vita è piena di novità (e il 2020 purtroppo ha esagerato), ma per fortuna Natale resta uguale! Anzi, è proprio nei momenti difficili che le sue tradizioni immutabili diventano un pensiero confortante e necessario. In attesa di sapere quanti saremo a tavola, noi questo Natale 2020 lo abbiamo pensato in grande! E con tutta la bellezza dei simboli che lo rappresentano. Che festa sarebbe altrimenti senza l'albero, la stella cometa o Santa Claus con barba e cappello? Li trovi tutti golosamente cucinati nei "20 modi per dire" di pag. 12 e ti stupiranno perché sono anche facili da preparare e buonissimi. Senza contare il calendario dell'Avvento di pag. 102 con 25 caselline da dischiudere un giorno dopo l'altro, tutte da sgranocchiare (sono di pasta biscotto!). In questo numero però alle portate classiche è affidato il ruolo principale: ci sono il pesce della Vigilia (in sei ricette con gli agrumi a pag. 42), il tacchino e il cappone del 25 dicembre (a pag. 62); il panettone farcito con tre diverse creme (a pag. 48) e persino il capitone (a pag. 131), che solo a nominarlo ti senti trasportato in un'atmosfera da presepe napoletano. Nord, Centro e Sud della nostra Penisola hanno infatti usanze diverse durante le feste e crediamo sia interessante scambiarsi le ricette migliori. Il menu di pag. 54 è nato proprio così: tre portate per tre regioni, mentre la sfida fra i nostri capisquadra ci ha fatto conoscere piccole leccornie tipiche nel resto d'Europa (a pag. 28). E se gli ospiti non mangiano carne? Le paste fresche vegetariane (a pag. 83) li sapranno conquistare. E lo stesso farà il menu finger food (a pag. 80), ideale quando stappi una bottiglia e ti scambi auguri sinceri, speriamo per un Natale pieno di salute e di appetito, proprio come gli auguri che vogliamo fare noi a te! *Daniela Falsitta, giornalista*

STELLE e padelle

Curioso e scalpitante patisci ogni restrizione. Non sei un ribelle, semplicemente fermo non riesci a stare. Ora, caro Sagittario, **scavalchi il recinto** e torni a galoppare. Giove ti dà coraggio e Saturno ti protegge moderando il tuo impeto. Venere riporta armonia nei sentimenti e davanti a te si apre una vellutata prateria. In questa **atmosfera fatata** l'idea di una dieta bilanciata non ti sfiora proprio e l'atleta che è in te vorrà fare il solito pieno di proteine. Ma sono anche risotti, cappelletti, lasagne, frutta secca (e anche il torrone) a regalarti un tesoretto di energie per le scorribande invernali. Cogli l'attimo con i menu di festa. **S.B.**

sommario

dicembre

124 Aragosta in salsa: eleganza subito pronta in tavola

Foto di copertina di Maurizio Lodi

85 Pappardelle in giallo con pesto di pistacchi, per un pranzo di festa veg

indice delle RICETTE

102 Calendario dell'Avvento, un'idea golosa per i più piccoli

la scuola di giallo

Antipasti, pani e focacce

Primi e condimenti

Secondi

Contorni

Dolci e bevande

giallozafferano.it

Novità e tendenze: scopri quali sono le ricette più cliccate e condivise sul web e sui social. Il nostro è il sito di ricette che fa cucinare proprio tutti

sul sito

DOLCE SFIZIOSO

Crema al mascarpone

Perfetta come dessert o come merenda golosa, si prepara unendo al mascarpone sciroppo di zucchero e tuorlo d'uovo.
ricette.giallozafferano.it/Crema-al-mascarpone.html

DI TRADIZIONE

Biscotti al pan di zenzero

Originari del nord Europa, con le loro forme fantasiose e il loro inconfondibile sapore, i "gingerbread" sono divenuti una gradita presenza anche nelle nostre feste natalizie. Da una base di pasta frolla speziata si ricavano le forme preferite, che poi vanno cotte in forno. Le decorazioni vengono fatte con una glassa preperata con albume e zucchero a velo e piccole caramelle di zucchero.
ricette.giallozafferano.it/Biscotti-di-Pan-di-zenzero-gingerbread.html

sui social

PIÙ CLICCATE DA FB

Pizzette rosse

Semplici e irresistibili. Guarda il video per scoprirne tutti i segreti.
www.facebook.com/GialloZafferanolive/posts/10158079558641896

RICETTE IN UN MINUTO

Cavatelli cremosi

Pasta con crema di patate, ideale comfort food invernale.
www.facebook.com/GialloZafferanolive/posts/10158101075021896

PIÙ MI PIACE SU INSTAGRAM

Cordon bleu di zucca

Sfiziosa variante di un grande classico della cucina: fette di zucca butternut in una croccante panatura racchiudono un filante cuore di mozzarella.
www.instagram.com/p/CGFIHeVgVRp/

prossimamente

VELOCE

Panettone senza lievitazione

TUTTO IL SAPORE DEL NATALE IN POCO TEMPO

DI STAGIONE

Linguine agli scampi

UN PRIMO PERFETTO PER LA CENA DELLA VIGILIA

DI **CRISTIANA CASSÉ**

è tempo DI...

Trovare nell'orto le resistenti verdure dei mesi freddi e gustare frutta dolcissima e altre prelibatezze

SALMONE AFFUMICATO

Di origini antichissime, appetitoso e versatile, apporta meno calorie di quello fresco (150 contro 190): all'affumicatura infatti vengono riservate le parti più magre del pesce.
Tipologie In genere si tratta di esemplari della specie *Salmo salar*, allevati o pescati (cioè "selvaggi") in Norvegia, Canada, Scozia e Irlanda. Meno diffusi i salmoni della specie *Oncorhynchus masou* (giapponesi), pescati nell'Oceano Pacifico.
Lavorazione I pesci puliti vengono messi sotto sale e affumicati in appositi locali o contenitori grazie alla combustione senza fiamma del legno. Il processo può avvenire a freddo (20° per almeno 12 ore) oppure a caldo (80° circa per 3 ore). La tecnica a freddo è preferibile perché meno aggressiva, ma più costosa per produttori e consumatori.

cardi, cicorie, rape, verze, tartufo nero, vongole
cachi, castagne, coste, tartufo bianco, triglie

SUCCOSE arance BIONDE

Sono in assoluto le più diffuse e apprezzate per l'abbondanza di succo e il poco scarto (la buccia è in genere piuttosto sottile). Per le loro caratteristiche, vengono destinate soprattutto alle spremute, ma si rivelano ottime anche da tavola. Sul mercato sono presenti in numerose varietà, prima fra tutte la Valencia (la più asprigna), seguita da Navel e Navelina (molto dolci e poco acide, quindi ben digeribili). Da provare le eccellenti Belladonna e Ribera Dop (dolcissime, perfette anche da tavola). Sceglile italiane, ben sode e pesanti, con buccia tesa e odore gradevole.

34 kcal

Dietetiche
Ricche di vitamina C, diuretiche e depurative, sono ideali per i regimi alimentari ipocalorici.

Provale in insalata

Un piatto chic e dietologically correct? Mescola le arance pelate al vivo con finocchi (o carciofi), indivia belga e olive. Condisci con olio, pepe e scaglie di grana (al posto del sale).

mascarpone

Originario della provincia di Lodi (in Lombardia), dove la sua produzione conta qualche secolo, è un goloso formaggio fresco spalmabile, riconosciuto Pat (Prodotto agroalimentare tradizionale italiano).
Nome Secondo la teoria più accreditata, si chiama così per la somiglianza con la mascherpa (cioè una ricotta "ricca", con aggiunta di latte).
Caratteristiche È densamente cremoso, di gusto dolce e colore perlaceo. Ha un alto potere energetico (455 calorie per etto).
Lavorazione Nasce in poche ore dall'acidificazione della panna con acido citrico. Veniva prodotto soprattutto in inverno, ma quello industriale è ormai disponibile tutto l'anno; esiste anche nella versione senza lattosio.
Conservazione Una volta aperta la confezione, o se acquistato fresco, tende a irrancidire in fretta; si mantiene in frigo per 2 giorni al massimo.

Gusta un Natale bio
VEGAN
fior di loto
DOLCE NATALE
Bio
ALL'ARANCIA CON GOCCE DI CIOCCOLATO
VEGAN
CON ARANCIA CANDITA
SENZA GLUTINE
PANETTONE Bio
PANDORO
PANETTONE "IL TRADIZIONALE"
Quando la tradizione incontra eccellenti materie prime biologiche nascono bontà uniche, perfette da condividere nei giorni di festa.
Panettoni e pandori ***classici***, ***vegan***, ***senza glutine*** e ***senza olio di palma***: scopri la ricetta ideale per il tuo Natale.
www.fiordiloto.it
Dal 1972
fior di loto
Sempre con te
Seguici su

CHIEDI a noi

A domanda, risposta dalla redazione. Ogni mese le nostre soluzioni ai tuoi dubbi e quesiti gastronomici

CRÊPES ALLA NUTELLA

https://ricette.giallozafferano.it/Crepe-alla-Nutella.html

@Loredana: Ciao, la ricetta prevede 3 uova medie, io però ho in casa solo uova piccole, come mi devo comportare con i dosaggi?

@Giallozafferano: Ciao, puoi regolarti pesandole; tieni conto che noi in genere usiamo uova medie del peso di circa 55-60 g ciascuno.

Brodo di pollo

https://ricette.giallozafferano.it/Brodo-di-gallina-o-pollo.html

@Filippo: Ciao! Mi date qualche suggerimento sull'utilizzo della carne usata per fare il brodo di pollo?

@Giallozafferano: Puoi tagliarla a pezzetti e usarla per arricchire un'insalata; puoi anche tritarla e realizzare delle polpette che puoi cucinare in padella con il sugo di pomodoro, al forno oppure impanare e friggere.

Alberello di pandoro

@Francesca: "Buongiorno, vorrei fare bella figura con il dolce di Natale, ma ho poco tempo a disposizione. Che cosa mi consigliate?

@GialloZafferano: Prendi un buon pandoro, taglialo in senso orizzontale a fette dello spessore di 2-3 cm e copri la parte superiore di ciascuna con crema pasticcera. Quindi ricomponi il dolce ruotando ogni fetta di 1/8 di giro, in modo che si crei un alberello. Completa ogni sporgenza e la sommità con ciliegie candite e servi subito.

POLPETTE DI LENTICCHIE

HTTPS://RICETTE.GIALLOZAFFERANO.IT/POLPETTE-DI-LENTICCHIE.HTML

@GINEVRA: CIAO, PERCHÉ SI METTE ANCHE LA PATATA NELL'IMPASTO DELLE POLPETTE DI LENTICCHIE? È INDISPENSABILE?

@GIALLOZAFFERANO: LA PATATA RENDE L'IMPASTO PIÙ MORBIDO E AIUTA A LEGARLO MEGLIO GRAZIE ALL'AMIDO IN ESSA CONTENUTO. PER QUESTO È IMPORTANTE CHE SIA FARINOSA E VENGA SCHIACCIATA BENE IN MODO CHE NON PRESENTI GRUMI.

Dilemmi gastronomici? Consigli geniali? Ricette segrete? Scrivi a: ***rivista.giallozafferano@mondadori.it***

le forme **del Natale**

Tante idee per rendere originali i menu delle feste. I nostri consigli per trasformare con un po' di creatività i tuoi piatti in alberelli, stelle, ghirlande o pupazzi belli da vedere prima ancora che buoni da mangiare

A CURA DI **MARINA CELLA** TESTO DI **ALESSANDRO GNOCCHI** RICETTE DI **MONICA CESARI SARTONI**
IN CUCINA **FRANCESCA BAGNASCHI** FOTO DI **MAURIZIO LODI**

DA GUARDARE E DA GUSTARE

Babbi Natale, stelle, alberelli, pupazzi, fiocchi di neve... Con le loro forme, i dolcetti di pan di zenzero ci dicono subito che siamo in clima natalizio. Ma, con un po' di creatività, ci si può trasformare in "food artist" a tutto menu e portare in tavola piatti di festa da gustare con gli occhi prima ancora che con il palato. Basta avere a portata di mano gli ingredienti e gli attrezzi adatti (per questi ultimi vedi a lato). In cucina non dovranno mancare il mascarpone e la panna per creme dolci e salate, la frutta (fresca, secca e candita) per le decorazioni e poi le spezie per l'inconfondibile sapore delle feste. Il pancarré è fondamentale per confezionare semplici tramezzini, ma anche per elaborate preparazioni gastronomiche farcite. Una grande risorsa è rappresentata dalla sfoglia già pronta: per esempio, basta ritagliarla nella forma giusta e sarà pronta per una scenografica torta salata o per un sontuoso millefoglie con crema e frutta; ma serve anche per decorare e rendere natalizi secondi di carne come il filetto alla Wellington. Insomma, dall'antipasto al dessert, non ci sono limiti alla fantasia per un Natale all'insegna della food art.

Gli attrezzi giusti

Tagliabiscotti Si trovano in tutte le forme natalizie e servono per piccoli dolci e tramezzini; è bene averne di varie dimensioni.

Sac-à-poche Con beccucci di misura e forma diversa, è indispensabile per realizzare decorazioni precise con la glassa e le creme.

Stampi In metallo o in silicone si usano per le torte salate o i dolci.

a ogni forma la sua specialità

1

BABBO NATALE
È una delle forme più adatte alle piccole preparazioni. Molto usata nei vari tipi di biscotti, è ideale anche realizzare piccoli pupazzetti con pochi elementi, come dei fragoloni tagliati a metà e farciti con panna montata.

2

ALBERO
Si presta a preparazioni piccole e grandi. Possono avere la forma dell'albero di Natale sia dolci come le crostate che scenografche composizioni di frutta, verdura, salumi o formaggi.

3

STELLA
Perfetta tanto per le piccole decorazioni quanto per i piatti di grandi dimensioni. Può essere usata per le torte salate o per dolci come la millefoglie, ma diventa anche la forma dell'involucro di pasta o ravioli in crosta.

idea PER UN regalo

I piccoli dolci natalizi preparati in casa, come quelli al pan di zenzero, oppure altri tipi di biscotti o cioccolatini, possono diventare originali e graditi regali per i giorni di festa. Per la confezione è possibile utilizzare piccole scatole di latta oppure sacchetti trasparenti da chiudere e decorare con nastrini colorati. Bisogna però ricordare che questi dolci, a temperatura ambiente, si mantengono freschi per circa 5-6 giorni.

Biscotti di pan di spezie

350 g di farina 00 - 1/2 cucchiaino di bicarbonato - spezie miste in polvere (2 cucchiaini di zenzero, 2 di cannella e 1/2 di chiodi di garofano, 1 bustina di vanillina, noce moscata) - 75 g di zucchero semolato - 75 di zucchero di canna fine - 150 g di burro - 150 g di miele - 1 uovo + 60 g di albumi 2 cucchiaini di succo di limone - 340 g di zucchero a velo vanigliato - sale

Impasta a scatti al mixer la farina con il bicarbonato, le spezie, lo zucchero semolato e quello di canna, un pizzico di sale e il burro freddo. Quando il composto sarà sabbioso, unisci il miele e l'uovo e frulla ancora. Forma una palla e falla riposare in un sacchetto per 2 ore in frigo. Dividi l'impasto in 3 palle schiacciate, tienine 2 in frigo e appoggiane 1 su un foglio di carta da forno spolverizzato con poca farina. Infarina la superficie dell'impasto, metti sopra un altro foglio di carta da forno e stendilo con il matterello a 1/2 cm di spessore. Con tagliabiscotti infarinati a forma di casetta e di stella ricava tanti biscotti. Impasta i ritagli e mettili in frigo nel sacchetto. Trasferisci i biscotti sulla placca foderata con carta da forno e cuocili a 180° per circa 12 minuti. Stendi allo stesso modo l'impasto rimasto, 1 pezzo alla volta, lasciando gli altri in frigo, e ricava con tagliabiscotti infarinati pupazzi di neve e alberi di Natale. Cuocili tutti, in tempi diversi, per circa 12 minuti a infornata. Lasciali raffreddare per 4-5 ore finché si induriranno. Prepara una glassa reale. Setaccia lo zucchero a velo e lavoralo con il succo di limone e gli albumi, fino a ottenere un composto liscio. Versalo man mano in una sac-à-poche con bocchetta piccola e disegna tetto, finestre e porta delle casette; decora gli alberi con festoni e palline, le stelle con fiocchi di neve o stelline e i pupazzi con cappello, faccina e sciarpa. Fai indurire bene la glassa.

Stella di vol-au-vent

Disponi 24 vol-au-vent surgelati sulla placca foderata con carta da forno, spennellali con 1 tuorlo sbattuto con 2-3 gocce di acqua e cuocili in forno già caldo a 180° per un po' di tempo in meno rispetto a quello indicato sulla confezione. Toglili dal forno e falli intiepidire su una gratella. Quindi farcisci 8 vol-au-vent con ricotta, mozzarella a dadini, parmigiano reggiano Dop grattugiato e cubetti di prosciutto cotto; 8 con mortadella a cubetti, granella di pistacchi, poca besciamella e qualche pezzetto di brie; e i rimanenti 8 con funghi pioppini saltati in padella con olio, aglio e prezzemolo e con poca besciamella arricchita di formaggio. Trasferisci nuovamente i vol-au-vent sulla placca e passali qualche minuto in forno per riscaldarli. Quindi disponili su un grande piatto da portata in modo da formare una stella. Decora con ciuffetti di rosmarino e chicchi di ribes rosso e servi. In alternativa puoi decorare il piatto con foglie di alloro e alchechengi.

Alzatina di panini soffici

Sciogli 25 g di lievito di birra in 1 dl di latte tiepido. Unisci 1 cucchiaio di zucchero e 3-4 di farina e impasta fino a formare un panetto. Avvolgilo nella pellicola e fallo lievitare per 1 ora a temperatura ambiente. Lavora 500 g di farina 00 con 50 g di zucchero, 1,5 dl di latte tiepido, 1 uovo sbattuto, il panetto lievitato e 125 g di burro, fino a formare una palla. Copri con un telo e fai lievitare per 2 ore e mezza. Poi modella tante palline grandi come 1 uovo, disponile sulla placca del forno e fai lievitare per altri 30 minuti. Spennellali con poco latte, decorali con semi a piacere (lino, sesamo, papavero) e infornali a 180° per 20-25 minuti. Falli raffreddare e servili su un'alzatina a due piani.

4

Albero di Natale gastronomico

Preparazione **40 minuti + riposo**

Cottura **nessuna**

Dosi per **8 persone**

1 confezione di pane per tramezzini - 200 g di prosciutto crudo - 150 g di crescenza - 120 g di mascarpone - 50 g di salmone affumicato - 1 vasetto di uova di salmone - panna acida - cren - 1 mazzetto di rucola - erba cipollina - 1 limone non trattato - parmigiano reggiano Dop - pinoli - prezzemolo - 100 g di burro - olio extravergine di oliva - aceto balsamico - sale - pepe

Lavora il burro morbido con prezzemolo tritato, poca scorza di limone grattugiata e qualche goccia di succo, sale e pepe. Frulla 150 g di prosciutto crudo a fettine con la crescenza, 100 g di mascarpone e poco pepe. Sistema sul piano di lavoro 1/4 delle fette di pane, una accanto all'altra in modo da creare un rettangolo, stendile leggermente con il matterello, misura i 2 lati e disegna su un cartoncino un triangolo isoscele con base e altezza pari al lato corto e lungo del rettangolo di pane.

Appoggia il triangolo sul pane e taglia quest'ultimo lungo la sagoma. Procedi allo stesso modo con il pane rimasto, formando altri 3 triangoli. Disponi il primo sul fondo di un vassoio foderato con pellicola. Spalmalo con il burro montato, copri con fettine di salmone, uova di salmone e 3-4 cucchiai di panna acida insaporita con cren grattugiato ed erba cipollina tagliuzzata, e completa con un altro triangolo di pane.

Posa sopra un terzo triangolo e spalmalo con metà della crescenza montata con il prosciutto. Stendici sopra le fettine di prosciutto crudo rimaste, la rucola tagliuzzata e condita con un filo di olio, aceto balsamico, sale e pepe e completa con scaglie di parmigiano e pinoli tostati.

Spalma il quarto triangolo di pane con il mix di crescenza rimasto e capovolgilo sul ripieno precedente. Sigilla la preparazione con pellicola e lascia in frigo per almeno 2 ore. Elimina la pellicola, sistema l'albero su un vassoio e spalma con il mascarpone rimasto la superficie e il bordo. Decora a piacere con chicchi melagrana, uova di salmone e aneto.

5

Cornucopie di crêpes

Preparazione 1 ora +riposo
Cottura 1 ora
Dosi per 8 persone

100 g di farina 00 - 250 ml di latte - 2 uova - 20 g di burro fuso - 500 g di funghi porcini o misti - 2 spicchi d'aglio - prosciutto cotto - fontina - 1 camembert tondo non troppo grande - panna fresca - parmigiano reggiano Dop grattugiato - olio extravergine d'oliva - prezzemolo - sale - pepe

Prepara la pastella. Versa a filo il latte sulla farina, mescolando con una frusta a mano. Amalgama le uova, 1 alla volta, sale e 15 g di burro fuso. Fai riposare in frigo per 1 ora. Versa in un padellino antiaderente, spennellato con il burro fuso rimasto, 1 mestolo scarso di pastella, facendolo roteare per formare la crêpe. Girala e cuocila pochissimo su questo lato, poi mettila in un piatto. Prepara allo stesso modo altre crêpes, fino a esaurire gli ingredienti. **Pulisci e lava rapidamente i funghi.** Affettali e rosolali in padella a fuoco vivo con un filo di olio e l'aglio tritato fino a far evaporare il liquido che emetteranno, poi regola di sale e pepe e profuma con prezzemolo tritato. Taglia a metà le crêpes e farciscile con una fettina di fontina, 1 di prosciutto cotto e 1 cucchiaino di funghi; chiudi a cono. **Appoggia il camembert** al centro di una pirofila rotonda unta con il burro rimasto e disponi tutt'intorno i coni di crêpes, sovrapponendoli leggermente. Spolverizza con parmigiano grattugiato e completa con un po' di panna fresca. Cuoci in forno già caldo a 180° per circa 25 minuti. Togli la crosta superiore del camembert e servi le cornucopie, da intingere nel formaggio prima di mangiarle.

6

Cristalli di frolla ai due cioccolati

Ritaglia tanti biscotti da 2 rotoli di pasta frolla pronta, utilizzando un tagliabiscotti a forma di cristallo di ghiaccio o fiocco di neve; cuocili in forno caldo a 180° per 10-15 minuti, sfornali e lasciali raffreddare. Sciogli a bagnomaria 150 g di cioccolato fondente di copertura tagliuzzato e altrettanto cioccolato bianco di copertura. Disponi i biscotti su una gratella e versa a filo su metà il cioccolato fondente, tenendone da parte 2-3 cucchiai, poi aggiungi su ciascuno qualche goccia di cioccolato bianco. Procedi nello stesso modo con i biscotti rimasti versando prima il cioccolato bianco e poi quanche goccia di quello fondente tenuto da parte. Con uno spiedino o uno stecchino tira il cioccolato bianco sopra quello scuro e quello scuro su quello bianco, formando un effetto marmorizzato. Lascia solidificare a temperatura ambiente.

7

Filetto in crosta alla Wellington

In una casseruola con 2-3 cucchiai di olio extravergine d'oliva rosola su tutti i lati un filetto di manzo pronto per la cottura, per circa 3-4 minuti a fuoco vivo. Sfuma con poco vino bianco e cuoci ancora per 2-3 minuti. Sala, pepa e lascia raffreddare. Fai appassire in una padella 1 scalogno tritato con poco olio extravergine d'oliva, unisci 200 g di champignon a pezzetti e cuoci per 15 minuti. Irrora con 3-4 cucchiai di vino bianco, fallo evaporare, regola di sale e pepe, unisci 1 cucchiaio di prezzemolo tritato e mescola. Trita i funghi preparati. Srotola sul piano di lavoro un rettangolo di pasta sfoglia pronta già stesa, lasciando la sua carta, spalmalo con un velo di senape e copri con fettine di prosciutto crudo, lasciando libero un dito di bordo. Stendi i funghi sopra la sfoglia, colloca il filetto al centro e avvolgi sopra la pasta, sigillandola alle estremità e lungo la giuntura ed eliminando l'eventuale eccesso. Capovolgi il filetto in crosta sulla sua carta da forno e trasferisci il tutto sulla placca. Crea un "camino" al centro, usando un piccolo tagliapasta rotondo. Con un tagliabiscotti ricava da un secondo rettangolo di sfoglia tante forme natalizie. Spennella la sfoglia con tuorlo sbattuto con poco latte e decora con le formine di sfoglia preparate. Spennella di tuorlo anche queste ultime. Inforna a 200° per circa 25 minuti. Fai riposare per qualche minuto e servi il filetto a fette di circa 2 cm di spessore.

8

Ravioli stellari

300 g di farina 00 - 4 uova - 500 g di patate - 500 g di gamberi sgusciati e devenati - 2 manciate di spinacini - 5 scalogni - 50 g di grana padano Dop grattugiato - olio extravergine d'oliva - burro - tabasco - sale - pepe - pepe rosa

Impasta la farina con 3 uova. Forma una palla e falla riposare per 1 ora nella pellicola. Lessa le patate a cubetti, rosolali in casseruola con 3 scalogni affettati e poco olio. Passali allo schiacciapatate e amalgama l'uovo rimasto, il grana, sale e pepe. Stacca dalla pasta un panetto e stendilo con la macchina per la pasta. Distribuisci il ripieno a mucchietti su metà della pasta e spennella intorno con poca acqua. Appoggia sopra l'altra metà, falla aderire intorno ai ripieni poi ricava i ravioli con un tagliabiscotti a stella. Ripeti con la pasta e il ripieno rimasti. Taglia a pezzetti i gamberi. Rosola gli scalogni rimasti tritati con poco olio e burro. Unisci i gamberi, saltali a fuoco vivo, sala, pepa e aggiungi gocce di tabasco. Toglili dalla padella e rosolaci gli spinacini. Lessa i ravioli in acqua a leggero bollore, sgocciolali, saltali in padella con i gamberi e gli spinacini e completa con pepe rosa in grani.

9

Indivia farcita con trota affumicata

Sfoglia 3-4 cespi di indivia belga e tieni da parte le foglie più grandi. Mescola 100 ml di crème fraîche (o panna acida) co 1 cucchiaio di aneto tritato e 2 cucchiai di succo di limone, sale e pepe. Taglia a pezzettini 200 g di filetti di trota affumicata. Distribuisci il composto di crème fraîche nelle barchette di indivia, appoggia sopra qualche pezzettino di trota affumicata e completa con uova di pesce e ciuffetti di aneto. Disponi le barchette a stella e servi.

Comincia la festa!

La Ricetta

Ingredienti per circa 20 biscotti:

- 250 g farina 00
- 1 uovo
- 125 g burro
- 100 g zucchero
- 6 g lievito in polvere per dolci
- Scorza grattugiata di mezzo limone
- 1 baccello di vaniglia
- un pizzico di sale
- confettura
- zucchero a velo

Mettete la farina in una ciotola, nel centro aggiungete l'uovo, il burro a pezzetti a temperatura ambiente, lo zucchero, il lievito, la scorza del limone, i semini di vaniglia e il sale. Impastate velocemente, formate una palla, avvolgetela nella pellicola e ponetela in frigo 20 minuti. Stendete la pasta con un matterello sul piano infarinato e ricavate circa 40 forme. Con uno stampino più piccolo create un buco in 20 biscotti. Cuoceteli tutti in forno caldo per 15 minuti a 180°. Quando sono ancora caldi, mettete la confettura sui biscotti interi e sovrapponete quelli con la finestra. Fateli raffreddare e cospargete di zucchero a velo.

BURRO TRADIZIONALE E FORME TENERE PER UNA COLAZIONE MAGICA

La magia di certe ricette inizia ancora prima di assaggiarle. Immagina una giornata di festa, ti alzi in punta di piedi e prepari questi biscotti di pasta frolla mentre i tuoi cari dormono ancora. Al risveglio, un profumo irresistibile li fa alzare tutti con il sorriso. È il burro tradizionale **Fiore Bavarese** che dona ai biscotti un profumo speciale e il gusto di una volta. Il burro Meggle, classico o leggermente salato, deriva dalla prima panna del latte, che viene lavorata per centrifuga e lasciata riposare per almeno 16 ore, è questo il segreto della sua cremosità. Il colore giallo paglierino deriva dall'alimentazione al pascolo delle mucche e il suo sapore è da provare anche a crudo, proprio mentre stai cucinando. Il Fiore Bavarese viene lavorato secondo la tradizione della famiglia Meggle dal 1887. Scopri tante nuove ricette su **www.meggle.it**

10

Omini di pan di zenzero salati

Frulla nel mixer a scatti 200 g di farina 00 con la punta di 1 cucchiaino di bicarbonato e 100 g di burro freddo a pezzetti, fino a ottenere un effetto sabbioso. Unisci 40 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato, 40 g di granella di nocciole, gli aghi di 1 rametto di rosmarino tritati, 1/2 cucchiaino di paprika dolce e 1/2 di zenzero in polvere, una macinata di pepe nero, un pizzico di noce moscata e sale. Frulla di nuovo velocemente, incorporando anche 1 uovo. Forma una palla, schiacciala leggermente, avvolgila nella pellicola e falla riposare in frigo per almeno 1/2 ora. Stendi il composto a 1/2 cm di spessore fra 2 fogli di carta da forno e ricava tanti omini con il tagliabiscotti. Distribuisci i biscotti sulla placca foderata di carta da forno e punzecchiali uniformemente con uno stecchino. Spennellali con 1 tuorlo sbattuto con poco latte e infornali a 190°, in modalità statica, per circa 15 minuti. Lasciali raffreddare. Decora gli omini. Forma gli occhi con 2 granelli di pepe nero attaccati con 1 goccia di miele e i bottoni con 3 granelli, disegna la bocca con 3 granelli di pepe rosa attaccati con pochissimo formaggio spalmabile.

11

Millefoglie alla frutta

Preparazione **40 minuti**

Cottura **35 minuti**

Dosi per **6 persone**

3 fogli di pasta sfoglia pronta già stesa - 280 g di burro - zucchero a velo - 8 uova - 8 cucchiai di zucchero semolato - 1 limone non trattato - 4 cucchiai di amido di mais - 1 litro di latte - frutta invernale a piacere

Ricava dai 3 fogli di pasta altrettante stelle, seguendo la sagoma disegnata su un cartoncino e ritagliata. Disponile sulla placca foderata di carta da forno e punzecchiale con una forchetta. Spolverizza le stelle con zucchero a velo setacciato e completa con fiocchetti di burro. Infornale a 180° per 25 minuti e falle intiepidire. Monta le uova con lo zucchero semolato e il succo del limone, poi aggiungi l'amido di mais.
Porta a bollore il latte con la parte gialla della scorza del limone poi versalo a filo sul composto di uova, mescolando. Rimetti nella casseruola e cuoci la crema per 5 minuti a fuoco medio-basso, mescolando con una frusta a mano, finché si addenserà.
Falla raffreddare coperta a contatto con pellicola poi amalgama 250 g di burro montato.
Metti la prima stella di sfoglia in un piatto da portata e spalmala con 1/3 della crema. Appoggia sopra la seconda e spalmala con metà della crema rimasta. Completa con la terza stella spalmata con la crema rimanente. Decora con fettine di cachi, ananas a stelline, kumquat, uva rosata, ribes e alchechengi.

12

Alberelli di cioccolato

Sciogli al microonde 220 g di cioccolato al latte. Aggiungi la scorza di un'arancia non trattata, grattugiata molto finemente, e mescola. Distribuisci alcune palline di zucchero colorate in uno stampo di silicone con 8 formine ad alberello. Riempi le sagome con il cioccolato fuso e fai raffreddare in frigo per almeno un'ora. Riprendi lo stampo, premi con le dita per fare uscire gli alberelli e disponili su un piatto, decorando con bacche rosse.

13

Terrina di salmone e avocado

Preparazione **30 minuti + riposo**
Cottura **15 minuti**
Dosi per **8 persone**

400 g di salmone affumicato a fette - 8 gamberi sgusciati - 2 g di gelatina in fogli - 1/2 avocado - 1 lime - 200 g di polpa di salmone fresco - vermouth - vino bianco - 60 g di burro - panna fresca - 1 porro - erba cipollina - sale - pepe

Fodera uno stampo da terrina con pellicola, facendola sbordare di 3-4 dita. Stendi su fondo e pareti le fette di salmone, accavallandole appena e metti in frigo. Pratica dei taglietti ai gamberi dalla parte opposta al dorso e lessali in acqua bollente salata per 1 minuto dalla ripresa del bollore. Fai ammorbidire la gelatina in acqua fredda. Sbuccia l'avocado, taglialo a bastoncini e irrorali con succo di lime.
Lessa il salmone, scolalo e fallo asciugare su carta da cucina. Scalda 1 cucchiaio di vermouth e 1 cucchiaio di vino e sciogli la gelatina sgocciolata e strizzata. Frulla il salmone freddo con il burro morbido a pezzetti, 5-6 cucchiai di panna fredda, sale, pepe e la gelatina fino a ottenere un composto tipo mousse. Spalma sul fondo dello stampo uno strato di mousse e disponici sopra i bastoncini di avocado, nel senso della lunghezza. Crea un altro strato di mousse e allinea sopra i gamberi.
Alterna gli strati, fino a esaurire gli ingredienti, terminando con la mousse e copri con fettine di salmone affumicato. Premi e sigilla con la pellicola, metti in frigo per 6 ore. Sforma la terrina. Ricava 3-4 nastri lunghi dal porro, scottali in acqua bollente, sgocciolali, passali in acqua e ghiaccio e annodali alla terrina come un pacchetto. Cospargi con erba cipollina tagliuzzata e servi la terrina a fette.

14

Chiocciole di pasta con melagrana e pistacchi

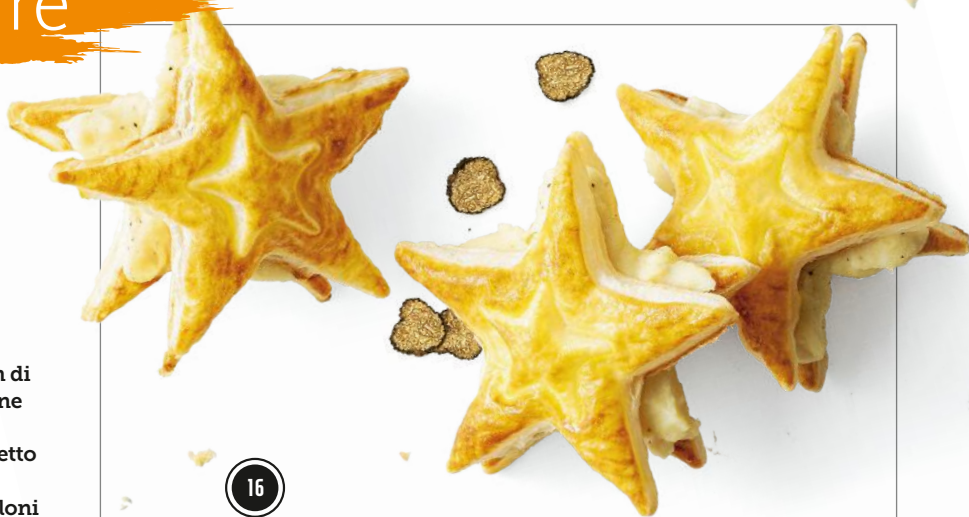
Versa 300 g di farina 00 a fontana sulla spianatoia, crea un incavo al centro e sgusciavi 3 uova. Impasta il tutto a lungo, fino a ottenere una palla liscia. Avvolgila nella pellicola e falla riposare per 1 ora. Intanto prepara il ripieno. Passa al mixer 200 g di robiola, 200 g di ricotta di pecora, 80 g di mortadella a pezzi e 1 tuorlo, regola di sale e pepe e incorpora 80 g di Asiago grattugiato con una grattugia a fori grossi. Inserisci il ripieno in una tasca da pasticciere usa e getta. Appiattisci un pezzo di pasta e stendilo con l'apposita macchina partendo dalla prima tacca e arrivando alla penultima, passandoci la pasta 2 volte. Taglia la punta della tasca e fai scendere un cordoncino di ripieno vicino al lato più lungo. Gira lo stesso lato lungo sul ripieno, premi con le dita per sigillare e taglia con una rotella dentellata. Avvolgi il rettangolo ripieno a chiocciola e sistemalo su un vassoio foderato con carta da forno. Prepara allo stesso modo le altre chiocciole, fino a esaurire gli ingredienti. Metti una chiocciola su un mestolo forato e lessala al dente in abbondante acqua salata a leggero bollore. Sgocciolala, immergila in acqua e ghiaccio e disponila su carta da forno. Procedi allo stesso modo, fino a cuocere tutte le chiocciole. Sistemale in 1 o 2 pirofile imburrate, spolverizzale con 80 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato e irrorale con 200 ml di panna fresca. Falle gratinare in forno già caldo a 200° per circa 20 minuti. Spolverizzale con granella di pistacchi, completa con chicchi di melagrana e foglioline di timo e servi.

15

Torta con Babbi Natale

Preparazione **1 ora + riposo**
Cottura **nessuna**
Dosi per **8 persone**

1 panettone basso di 22-24 cm di diametro - 500 g di mascarpone - 1 uovo - 50 g di zucchero - 200 ml di panna fresca - 1 vasetto di confettura di fragole - 1 limone non trattato - 10 fragoloni freschi - gocce di cioccolato

Sguscia l'uovo e separa tuorlo e albume. Monta il primo con 20 g di zucchero e incorpora il mascarpone freddo. Unisci poca scorza del limone grattugiata e l'albume già montato a neve con 20 g di zucchero. Taglia la calotta del panettone in modo che la parte inferiore sia alta 20 cm e dividi quest'ultima in 3 dischi uguali. Spalma la base con la confettura e poi con la crema preparata. Sovrapponi un disco e ripeti l'operazione fino a chiudere con la calotta.
Copri la torta con la crema rimasta e metti in frigo per 2 ore. Taglia i fragoloni a 3/4 d'altezza e tieni da parte le calottine. Monta la panna con lo zucchero rimasto, mettila in una sac-à-poche e spremila sulla base delle fragole formando le teste dei Babbi Natale. Con la siringa fai i bottoni e con le gocce di cioccolato gli occhi; completa con le calotte come cappellini e un ciuffetto di panna. Disponi i Babbi sulla torta e servi.

16

Stelle con farcia di patate e burro al tartufo

Lava 500 g di patate e lessale con la buccia, in una pentola con abbondante acqua fredda. Sgocciolale quando saranno tenere e passale prima allo schiacciapatate e poi al setaccio. In una casseruola scalda il purè ottenuto con 100 ml di panna fresca, mescolando. Regola di sale e pepe, profuma con una grattatina di noce moscata e completa amalgamando al composto 100 g di Gruyère grattugiato con una grattugia a fori grossi e 40 g di burro al tartufo. Ricava da 2 dischi di pasta sfoglia pronta già stesa 8 stelle, con un tagliapasta della stessa forma. Disponile su una placca foderata con carta da forno, spennellale con 1 tuorlo diluito con poco latte e cuocile in forno già caldo a 180° per 20 minuti abbondanti, fino a che saranno dorate. Togli le stelle dal forno, farciscine metà con il purè al tartufo, disponi sopra le altre 4 stelle e servi.

17

Meringhette alle nocciole

Monta 4 albumi e unisci 225 g di zucchero a velo continuando a montare con le fruste. Incorpora 100 g di nocciole tritate. Con un cucchiaio distribuisci 25 mucchietti di meringa sulla placca foderata con carta da forno. Cuocili in forno caldo a 110° per 45-60 minuti, finché saranno sodi. Togli le meringhe dal forno e falle raffreddare su una gratella. Decorale con panna montata e rametti di ribes.

18

Trifle ai lamponi

Metti sul fondo di 4 bicchieri una fetta di pandoro tagliata in misura, bagnala con poco Cognac e spalmala con un velo di confettura di lamponi. Prosegui con un strato di lamponi, riempi con crema pasticcera pronta e completa con panna montata. Decora con lamponi e spolverizza con zucchero a velo.

19

Stella ai porri e pancetta

Preparazione **40 minuti + riposo**

Cottura **45 minuti**

Dosi per **8 persone**

2 dischi di pasta sfoglia rustica già stesa - 2 porri - 1 manciata di spinacini novelli - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - 100 g di pancetta affumicata a fette - 80 g di robiola - 200 g di brie - 1 tuorlo - 1 cucchiaio di latte - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Affetta i porri e falli saltare in padella con 2 cucchiai di olio, metà pancetta tritata e un pizzico di sale; sfuma con il vino e aggiungi gli spinacini puliti; falli asciugare bene sul fuoco, mescolando. Lascia raffreddare e incorpora la robiola. Srotola 1 disco di sfoglia e stendi sopra, fino a 3 cm dal bordo, il mix di porri e spinacini, poi sistema le fette di pancetta rimaste e il brie a fettine.
Copri con il secondo disco e sigilla i bordi. Appoggia una scodella (circa 12 cm) al centro della pasta e, partendo dal bordo della scodella verso l'esterno, incidi la sfoglia con 16 tagli. Rigira 2 volte su se stesse le porzioni e accoppiale 2 a 2; sigilla le punte con le dita inumidite.
Stempera il tuorlo con il latte, spennella la superficie e incidi il centro della sfoglia con un motivo a stella. Passa in freezer per 15 minuti poi cuoci nella parte bassa del forno a 220° per 10 minuti; copri con carta da forno, abbassa la temperatura a 200° e cuoci per altri 25 minuti circa. Se vuoi dorarla, alla fine togli la carta per qualche minuto e metti il forno in modalità ventilata.

20

Tronchetto con salumi affumicati

Stendi 2 fogli di pellicola, sormontandoli leggermente, sul piano di lavoro, appoggia sopra 3 lunghe fette di pane per tramezzini, accavallandole un poco sui lati lunghi. Appiattiscile con il matterello in modo da unirle, formando un unico rettangolo. Spalmalo con maionese e farcisci con fettine di funghi porcini sott'olio sgocciolati, qualche fettina di cetriolini agrodolci, fettine sottili di speck, di prosciutto cotto e di salame ungherese affumicati. Arrotola il pane intorno al ripieno e avvolgi con la pellicola, stringendo bene. Metti in frigo per 2 ore circa. Riprendi il rotolo, elimina la pellicola e staccane una parte praticando un taglio obliquo a una delle 2 estremità, per formare il ramo laterale del tronchetto. Disponi il cilindro centrale in un piatto da portata e accosta a uno dei 2 lati il ramo laterale. Spalma tutto di maionese, riga il tronchetto con i rebbi di una forchetta per simulare la corteccia, decora con lamelle di mandorle e tieni in frigo fino al momento di servire.

Per impasti **dolci** e **salati**: **naturali**, semplici e veloci da usare, rivoluzionari nei tempi di lievitazione, **per risultati favolosi**!

www.decoridolci.it

DI **DANIELA FALSITTA**

dolcemente partenopea

Ha cominciato nel 2013 e pian piano si è fatta strada nel mondo del food blog. Merito della sue ricette di famiglia made in Sud, dei suoi dolci golosissimi, delle proposte veloci e di tanta voglia di continuare a migliorare

Torrone alle nocciole

Preparazione **10 minuti + riposo**
Cottura **15 minuti**
Dosi per **8 persone**

150 g di cioccolato fondente - 300 g di cioccolato bianco - 200 g di cioccolato al latte - 170 ml di panna fresca - 120 g di Nutella® - 250 g di nocciole sgusciate

In una ciotola di metallo scaldata a bagnomaria, fai sciogliere il cioccolato fondente a pezzetti e versalo in uno stampo da plumcake monouso di alluminio avendo cura di foderare il fondo e i bordi, quindi fai raffreddare in frigo.
Spezzetta il cioccolato al latte e quello bianco: senza lavare la ciotola già utilizzata, aggiungi i pezzi di cioccolato preparati e falli sciogliere a bagnomaria mescolandoli. Appena saranno fusi, unisci la panna e fai sciogliere il tutto, sempre mescolando a bagnomaria.
Togli il composto dal fuoco e lascialo intiepidire a temperatura ambiente per 10 minuti, poi con una spatola incorpora la Nutella® e le nocciole e mescola nuovamente.
Versa tutto nello stampo lasciato in frigorifero e fai solidificare la preparazione a temperatura ambiente per almeno 3 ore, quindi elimina delicatamente lo stampo di alluminio e trasferisci il torrone su un vassoio.

Anna

DA POMPEI con volontà e passione

"A 7 anni ho comprato il mio primo libro di ricette e le ho preparate quasi tutte", così racconta la 39enne Anna, campana di Pompei. Gli inizi del suo blog **In cucina con Anna** (https://blog.giallozafferano.it/annal/) non sono stati facili, ma oggi conta un milione di visualizzazioni al mese, riceve molti messaggi e richieste di consigli. Nel blog si trovano tanti piatti di famiglia partenopei e della cucina siciliana, ma anche ricette moderne e veloci per chi, come lei, lavora. E se all'inzio non sapeva fotografare, oggi vorrebbe anche iniziare a produrre video.

IL TEMPO DELLE NOCCIOLE

Sono arrivati da poco sul mercato i frutti nuovi, raccolti a fine estate e stoccati in silos a temperatura controllata. L'Italia ne vanta tre eccellenze: la Nocciola del Piemonte Igp, conosciuta come Tonda Gentile; la Nocciola di Giffoni Igp (campana), molto aromatica e la Nocciola Romana Dop, croccante e compatta. Se hanno ancora la pellicina, distribuiscile su una placca e falle tostare in forno caldo per 10 minuti; sfregale quindi con un canovaccio o tra le mani.

FOTO DI SONIA FEDRIZZI

Natale DOLCE IN Europa

OGNI PAESE HA LE SUE TRADIZIONI, MA CHE FESTA È SE NON SI IMPASTANO, FARCISCONO O SFORNANO LE TIPICHE LECCORNIE? A MANUEL, GIOVANNI E AURORA IL COMPITO DI PRESENTARCENE TRE DAVVERO GOLOSE, A TE QUELLO DI PROVARLE, LECCARTI I BAFFI E DIRCI QUALE TI È PIACIUTA DI PIÙ

FOTO DI **MAURIZIO LODI**

1 Pulla finlandesi

"Oltre alla neve, alle saune e alle renne, c'è molto altro da scoprire in Finlandia. Per esempio un mondo di specialità culinarie. A cominciare da queste brioscine profumatissime che ti faranno sentire le campanelle natalizie!"

la ricetta veloce di **Manuel**

3 Azevias portoghesi

"Originali della regione dell'Alentejo, a sud e a est di Lisbona, questi irresistibili fagottini dolci, fritti e ripieni di ceci, sono un must del Natale in Portogallo!"

la ricetta vegetariana di **Aurora**

2 Grittibänz elvetici

"Questi simpatici omini di brioche sono diffusi anche in Francia, Germania e in altri Paesi del centro Europa con poche differenze. Io li ho provati in Svizzera, dove li chiamano Grittibänz, e te li propongo nella versione made in Swiss!"

la ricetta di tradizione di **Giovanni**

Gira pagina e trovi le ricette complete

la ricetta di **Manuel**

Pulla finlandesi

Per 12 pezzi
1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare integrale - 2 uova - 1 cucchiaino di cannella in polvere - 1 cucchiaino di cardamomo in polvere - granella di zucchero - farina

Srotola la pasta sfoglia su un piano spolverizzato di farina e, con l'aiuto di un matterello, stendila un po' più sottile, allargandola da ogni lato. Sbatti le uova in una ciotolina e, senza utilizzarle tutte, spennella la superficie della pasta sfoglia, quindi dai spazio alla tua creatività. Le spezie assolutamente necessarie per dare gusto alle pulla finlandesi sono la cannella e il cardamomo ma, se ti piace, puoi farcirle anche con uvetta oppure arancia candita.
Ritaglia dalla pasta aromatizzata 12 triangoli tenendo come base i lati lunghi del rettangolo di sfoglia. Arrotola i triangoli dalla base verso il vertice per ottenere tanti cornetti e avvicina le due punte per conferire loro una forma arcuata.
Spennella l'esterno delle pulla con il resto delle uova sbattute, cospargi con la granella di zucchero e infornale a 180° per 20 minuti. Con mio figlio Cristian ho l'abitudine di posizionare due sedie davanti al forno per goderci la crescita delle brioche e il loro cambiamento di colore. Queste ricette d'altronde sono perfette da fare con i bambini per riscoprire con loro la vera magia del Natale in tutta la sua innocenza.

la ricetta di **Giovanni**

Grittibänz elvetici

Per 12 pezzi
500 g di farina - 40 g di zucchero - 12 g di lievito di birra fresco - 60 g di burro - 250 ml di latte - 1 uovo - sale
Per decorare: granella di frutta secca - granella di zucchero

In un pentolino fai scaldare il burro con il latte, quindi lasciali raffreddare finché raggiungono la temperatura ambiente e stempera il lievito nel mix.
Riunisci nella planetaria con il gancio (o in una ciotola se lavori a mano) la farina e lo zucchero. Inizia a impastare per una decina di minuti a velocità media versando il mix di latte e burro tutto in una volta. Un paio di minuti prima che l'impasto sia pronto, incorpora un cucchiaino di sale.
Fai una palla, coprila con la pellicola per alimenti e lascia lievitare l'impasto per 2-3 ore o finché il volume del composto sarà raddoppiato. Dividilo in 12 parti e ottieni da ciascuna un cilindro. Intaglia i cilindri in modo da separare le gambe e le braccia, poi modella la testa e usa gli avanzi di pasta per decorare gli omini in base al tuo estro. Spennella con l'uovo sbattuto. Usa la granella di zucchero e quella di frutta secca per scarpe e cappelli e informa su carta da forno a 180° per circa 30-35 minuti.

Quale dolce preferisci?
Puoi votarlo su www.giallozafferano.it

la ricetta di **Aurora**

Azevias portoghesi

Per 25/30 pezzi
Per la pasta: 300 g di farina - 50 g di burro - 25 ml di brandy - 1/2 arancia non trattata - sale
Per il ripieno: 125 g di zucchero + quello per guarnire - 1/2 limone non trattato - 250 g di ceci lessati - 150 g di mandorle - 2 tuorli - cannella in polvere
Per friggere: olio di semi di arachidi

Lascia ammorbidire il burro, grattugia la scorza dell'arancia e spremine il succo. Prepara la pasta riunendo in una ciotola la farina, il burro ammorbidito, il brandy, un pizzico di sale, il succo e la scorza dell'arancia; amalgama il tutto dapprima con un mestolo di legno e poi a mano, aggiungendo 50 ml di acqua calda a filo. Continua fino a ottenere un composto soffice e consistente; se necessario, puoi aiutarti spolverizzandolo con un po' di farina. Copri l'impasto con la pellicola e lascialo riposare per mezz'ora.
Fai il ripieno: frulla i ceci con la cannella e le mandorle fino a renderli una purea. In una casseruola prepara uno sciroppo mescolando lo zucchero con 75 ml d'acqua e unendo la scorza del limone grattugiata. Lascialo bollire per un paio di minuti, poi a fuoco spento aggiungi la purea di ceci e i tuorli sbattuti e amalgama bene. Rimetti sul fuoco e lascia cuocere dolcemente, mescolando spesso, per 5/7 minuti finché il mix si sarà addensato. Spegni e lascia raffreddare.
Recupera l'impasto e stendilo con il matterello. Con l'aiuto di un coppapasta di 8 cm di diametro crea 25/30 dischetti, posa su ognuno una porzione di ripieno e richiudi la pasta a mezzaluna, sigillando i bordi con poca acqua e i rebbi di una forchetta.
Friggi i fagottini in olio di semi ben caldo fino a doratura e cospargili, appena scolati, con un mix di zucchero e cannella.

COCCOLE DI festa

Concediti una pausa golosa con cremose delizie farcite di Nutella®. Per un Natale ancora più dolce, da condividere come un morbido abbraccio

Ingredienti

Per 8 persone
120 g di Nutella®
65 g di farina 00
2 uova
1,2 dl di latte
16 g di burro
1/2 cucchiaino di cannella
15 g di zucchero semolato
10 g di zucchero a velo
100 g di lamponi
50 g di ribes rosso
sale

A COLAZIONE
Dutch pancakes con Nutella®

Prepara la pastella ①

Preriscalda il forno a 220°. Rompi le uova in una ciotola, mescola, versa il latte, lo zucchero semolato, un pizzico di sale e la farina setacciata con la cannella. Mescola bene gli ingredienti con una frusta per evitare la formazione di grumi, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo.

nuovi DECORI natalizi

Inedite grafiche di festa rivestono gli iconici vasetti di Nutella in occasione del Natale 2020. Il pattern ispirato a un maglioncino rosso in stile nordico, must-have della stagione, "riscalda" il barattolo da 900 g, perfetto per un regalo. Una fascia decorata con motivi natalizi avvolge il vasetto più piccolo da 725 g, da tenere in casa per preparare tante cremose golosità per la famiglia e gli amici.

② Riempi gli stampi

Disponi 2 g di burro in 8 stampi da muffin di 6 cm di diametro (puoi usare stampini individuali oppure uno stampo da 6 muffin e 2 singoli) e fallo sciogliere in forno fino a quando diventerà color nocciola. Leva gli stampi dal forno e versa in ognuno 1 ottavo della pastella preparata.

③ Cuoci in 2 tempi

Inforna i pancakes per 15 minuti, porta la temperatura a 190° e cuoci per altri 5 minuti. L'impasto cuocerà gonfiandosi prima del burro fuso, formando una cavità al centro. Sforna, trasferisci su una gratella e spolverizza con zucchero a velo.

Farcisci e completa ④

Farcisci i pancakes con 15 g di Nutella® ognuno, decora con ribes e lamponi e servi subito.

Gira pagina, trovi un'altra ricetta

tipici DOLCI made in Usa

I brownies sono dolcetti al cioccolato americani, diffusi in tutto il mondo in diverse varianti. La ricetta classica, a base di burro, uova, cioccolato, farina e zucchero, può essere arricchita a piacere con frutta secca come noci, noci pecan, nocciole o pinoli.

A MERENDA

Brownies cioccolatosi con Nutella®

Ingredienti

Per 16 persone
240 g di Nutella®
100 g di farina 00
4 uova
200 g di cioccolato fondente
200 g di burro a fiocchetti
150 g di zucchero semolato
50 g di cacao amaro in polvere
10 g di zucchero a velo
sale

Gira pagina, trovi un'altra ricetta

Sciogli il cioccolato

Trita finemente il cioccolato e riuniscilo con il burro in una bastardella o in una ciotola resistente al calore. Trasferisci il composto in un bagnomaria e fallo sciogliere. Togli la ciotola dal fuoco, mescola fino a che gli ingredienti saranno ben amalgamati e lascia intiepidire.

2 Prepara l'impasto

Rompi le uova in una ciotola, unisci lo zucchero semolato e monta con le fruste elettriche fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi il cioccolato fuso, un pizzico di sale, la farina setacciata con il cacao e amalgama l'impasto.

Taglia i brownies 3

Versa il composto in uno stampo quadrato di 20 cm di lato rivestito con carta da forno e cuoci in forno già caldo a 180° per 25 minuti. Lascia raffreddare il dolce poi trasferiscilo su un tagliere foderato con carta da forno e taglialo in 16 quadrati con un coltello.

4 Decora e completa

Farcisci ciascun quadrato con 15 g di Nutella®, spolverizza il tutto con lo zucchero a velo e decora a piacere con palline dorate.

delizioso CUORE morbido

Per tagliare i quadrotti, aspetta che il dolce sia completamente freddo e utilizza un coltello sottile inumidito. L'interno deve essere morbido e leggermente umido.

DESSERT

Torta a piani con Nutella® e mascarpone

Ingredienti

Per 12 persone
180 g di Nutella®
250 g di farina 00
200 g di zucchero
1 cucchiaio di misto 5 spezie
5 g di lievito per dolci
1,2 dl di latte
5 uova
1 dl di olio di semi di girasole
30 g di cranberries freschi
1 albume
20 g di zucchero semolato grosso
120 g di mascarpone
0,7 dl di panna fresca
20 g di zucchero a velo
sale

un caldo augurio

Il vasetto natalizio con il pattern ispirato a un maglioncino ha il tappo con etichetta personalizzabile, per scrivere l'augurio che preferisci.

1 Prepara l'impasto

In una ciotola monta le uova con metà dello zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Riunisci in una ciotola la farina setacciata con il lievito, lo zucchero rimasto, le spezie e un pizzico di sale. Mescola in una brocca il latte e l'olio e versa il mix sugli ingredienti secchi mescolando con una frusta.

Cuoci le basi

Rivesti 3 stampi di 18 cm di diametro con carta da forno, riempili con l'impasto preparato e inforna a 180° per 30 minuti. Fai riposare per 10 minuti fuori dal forno, sforma le basi e lasciale raffreddare su una gratella. Passa i cranberries nell'albume e nello zucchero semolato grosso e falli asciugare.

2

consigli utili

una CREMA ghiotta

La crema di mascarpone e panna è perfetta per le farciture e si abbina alla perfezione con la Nutella®. Per prepararla il mascarpone deve essere a temperatura ambiente (tenuto almeno 30 minuti fuori dal frigo) e la panna montata ben ferma.

Monta il mascarpone

In una ciotola lavora il mascarpone con lo zucchero a velo fino a ottenere una crema liscia e morbida. Monta la panna con un paio di fruste elettriche. Amalgama i due composti mescolando con una spatola e con movimenti dal basso verso l'alto.

3

4 Componi la torta

Spalma con la Nutella® la superficie di 2 basi, impilale e completa con la terza, farcita con il mascarpone. Spalma i bordi della torta con la Nutella® rimasta, decora con i cranberries e servi.

CHI
si fida
dell'esperienza
KIOENE®

veloce CON GUSTO

Manuel

ANIMA ROCK, PAPÀ 2.0, CUCINA RAPIDA ED ETNICA

Demi baguette natalizia

Stanco del solito pancarrè con il salmone affumicato? Annoiato dai soliti aperitivi anni '80? Ecco una baguette ben farcita e rimpinzata che è proprio l'ideale per cominciare in modo nuovo e originale il tuo prossimo pranzo di Natale.

Aiutandoti con un coltellino per sfilettare, priva della pelle 400 g di **salmone fresco** già abbattuto. Taglialo prima a fette, poi a striscioline e infine a cubetti. Con la parte bassa della lama batti il salmone fino a renderlo quasi una purea. Condiscilo con **olio extravergine d'oliva**, **sale**, **pepe**, qualche ciuffo di **aneto**, 1 **scorza di limone** non trattato grattugiata e qualche goccia di **tabasco**. Apri a metà 2 **avocado** maturi, privali del seme e, senza rompere le due metà, della buccia. Tagliale sottili come fanno i maestri giapponesi quando li adagiano sopra gli uramaki, spruzza il succo del limone sopra le fettine ottenute per non farle ossidare. Apri 1 **melagrana** e ricava i chicchi. Dividi a metà 2 **baguette** e imburrale generosamente con **burro salato**. Tostale in una padella antiaderente e tieniti pronto a farcirle con una spalmata di **crème fraîche**, il salmone condito, le fettine di avocado, i chicchi di melagrana che daranno una sana acidità e alcuni **germogli di crescione** per conferire armonia al piatto e una piccola spinta di croccantezza. Taglia le baguette in due, così saranno più comode da sbranare.

"Ecco la mia playlist per un perfetto sottofondo natalizio. Ci vuole un po' di malinconia, suoni anni '80 cotonati e del sano rock and roll. I brani essenziali sono Happy Xmas (War is Over) di John Lennon, Last Christmas degli Wham! e Run Rudolph Run di Chuck Berry. Buon Natale!"

e in più...

Dalla Sicilia con amore
Non buttare il seme dell'avocado! Fallo germogliare in un barattolo con acqua (come si fa con la patata) e poi piantalo. Vedrai crescere una pianta bellissima. Se fai la spesa dal fruttivendolo di fiducia, chiedi avocado siciliani. Proprio così, oltre a Ecuador, Honduras e California, anche la nostra Sicilia produce questi frutti con ottimi risultati.

aggiungi UN POSTO a tavola

Se vuoi organizzare la cena della Vigilia ma non puoi dedicare intere giornate ai fornelli, questi sono i piatti che fanno per te: veloci da preparare, originali e gustosi, utilizzano ingredienti colorati che fanno subito festa

A CURA DI **DANIELA FALSITTA** RICETTE DI **CLAUDIA COMPAGNI** FOTO DI **SONIA FEDRIZZI**

Rossi d'America

I cranberry, o mirtilli rossi americani, sono piccoli frutti di colore vermiglio e dal gusto acidulo che si acquistano disidratati. Nel caso di cotture che prevedono liquidi, come in questo caso, non occorre alcun ammollo preventivo.

Gnocchi con ragù di pesce e pistacchi

Per 6 persone

1 kg di gnocchi piccoli - 250 g pesce misto surgelato - 1 finocchio - 1 costa di sedano verde - 1 cipolla rossa piccola - 1 carota - 1/2 limone non trattato - 40 g di pistacchi sgusciati - 5 cl di vermouth dry - olio extravergine d'oliva - sale - pepe rosa

Preparazione 15 min.

Cottura 20 min.

Lascia scongelare il pesce in frigo per 24 ore. Taglia le barbe del finocchio e tienile da parte, elimina le foglie esterne e lavalo; raschia la carota, elimina i filamenti dalla costa di sedano e riduci i tre ortaggi a dadini di 0,5 cm.
Spella la cipolla e tritala finemente. Scalda 4 cucchiai di olio in una grossa padella, unisci la cipolla e la dadolata di verdure, regola di sale e lasciala soffriggere per 5 minuti. Unisci il succo del limone e il pesce scongelato, sfumalo con il vermouth, regola di sale e cuocilo secondo i tempi indicati sulla confezione.
Cuoci gli gnocchi in abbondante acqua salata in leggera ebollizione, sgocciolali quando vengono a galla, trasferiscili nella padella con il sugo e scuotila senza mescolare. Cospargi con i pistacchi tritati, la scorza di limone grattugiata, il pepe rosa e le barbe di finocchio tritate e servi nei piatti.

Preparazione 15 min.

Cottura 50 min.

Gratin di patate e salmone

Per 6 persone

600 g di patate rosse - 500 g di filetto di salmone - 5 dl di latte - 1 dl di panna fresca - 1 foglia di alloro - 1 spicchio d'aglio - 40 g di cranberry disidratati - 5 g di dragoncello - 5 g di erba cipollina - 30 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - 20 g di burro - sale - pepe

Lava le patate, sbucciale e tagliale a fettine dello spessore di 3 mm con una mandolina. Man mano che sono pronte, trasferiscile in una ciotola con acqua fredda. Versa il latte e la panna in una grossa pentola, aggiungi l'alloro e l'aglio intero schiacciati, le patate scolate e porta a ebollizione. Regola di sale, cuoci per 4-5 minuti e poi sgocciola le patate con una schiumarola. Filtra il liquido di cottura e tienilo da parte.

Elimina le lische e la pelle dal filetto di salmone e taglia la polpa a fettine. Trita il dragoncello e l'erba cipollina e tagliuzza i cranberry. Imburra una pirofila e riempila con uno strato di patate, uno di salmone, uno di erbe tritate e mescolate ai cranberry. Versa il liquido di cottura delle patate fino al limite della superficie e cospargi con il parmigiano, il pepe e il burro rimasto a fiocchetti. Cuoci in forno caldo a 200° per 40 minuti.

Riccioli fondenti

Se vuoi decorare il dolce con graziosi riccioli neri, stendi un po' di cioccolato fuso su un foglio di carta da forno, lascialo indurire e raschialo con una spatola rigida, tirandola verso di te.

Cheesecake in coppa speziato

Preparazione 25 min.

Cottura nessuna

Per 6 persone

250 g di formaggio cremoso da spalmare - 2 dl di panna fresca - 50 g di cioccolato fondente - 50 g di zucchero a velo - 1 arancia non trattata - 100 g di biscotti speziati

Lava e asciuga l'arancia, grattugia metà della scorza e tienila da parte. Lavora il formaggio in una grossa ciotola finché sarà cremoso, aggiungi la scorza di arancia e lo zucchero a velo e amalgama il mix. **Monta la panna** e uniscila al composto precedente utilizzando una spatola e con movimenti delicati dal basso verso l'alto. **Trita finemente i biscotti** e riempi 6 coppette alternando la crema e il trito di biscotti. Raschia la superficie del cioccolato con un coltello in modo da formare delle scagliette, cospargile sul cheesecake e lascialo riposare in frigo per 4 ore. Guarnisci, se ti piace con ribes e altra scorza di arancia a filetti.

Preparazione 10 min.

Cottura 25 min.

"Conosciuta anche come coda di rospo, ha sapore simile a quello dell'aragosta. Non ha spine ed è uno dei pesci più leggeri e dietetici, quasi priva di grassi (0,6 g)".

6 piatti di pesce con AGRUMI

Per la cena della Vigilia secondi di mare subito pronti ed eleganti contorni festosi

A CURA DI **MONICA PILOTTO**
RICETTE DI **MONICA CESARI SARTONI**
FOTO DI **SONIA FEDRIZZI**

Arrostino di pescatrice con pompelmo rosa

Per 4 persone
800 g di filetto di pescatrice già pulito e spellato - 150 g di lardo o pancetta a fettine sottili - 2 pompelmi rosa - 2 spicchi di aglio - rosmarino - alloro - 6 scalogni - vino bianco secco - 8 datteri - miele - una manciata di pinoli tostati - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Fai marinare il pesce per 10 minuti con 3 cucchiai di olio, 5-6 di vino, qualche goccia di succo di pompelmo, gli spicchi d'aglio spellati e tagliati a fettine, sale e pepe. Spella gli scalogni e tagliali a fettine nel senso della lunghezza, poi falli rosolare in una padella con un filo di olio, sale e pepe. Sgocciola il filetto di pescatrice dalla marinata e avvolgilo nelle fettine di lardo. Aggiungi 2 rametti di rosmarino, qualche foglia di alloro e lega il tutto con spago da cucina.
Lava bene il pompelmo intero, taglialo a fette senza sbucciarlo e sistemale sul fondo di una teglia unta con un velo di olio. Aggiungi gli scalogni rosolati, la pescatrice e versala marinata, aggiungendo un po' di vino mescolato con 1 cucchiaio di miele.
Trasferisci in forno già caldo a 200° e cuoci per 15-20 minuti. Poco prima di terminare la cottura, aggiungi i datteri snocciolati e tagliati a spicchi nel senso della lunghezza, e i pinoli. Servi il pesce accompagnandolo, a piacere, con purè o con patate al forno.

CONTORNO RUSTICO

Flan di carote alla salvia

Per 6 persone
Preparazione 15 minuti
Cottura 40 minuti

600 g di carote - 160 g di robiola - 3 uova - 60 g di grana padano Dop grattugiato - 50 g di taleggio Dop - 50 ml di latte scremato - burro - sale - pepe

Raschia le carote, lavale, asciugale, tienine da parte una, taglia a tocchetti le altre e cuocili a vapore. Taglia la carota tenuta da parte a nastri nel senso della lunghezza, usando il pelapatate, scottali per 5-6 minuti in acqua bollente salata, sgocciolali e mettili su carta da cucina ad asciugare.
Frulla le carote cotte a vapore con la robiola, le uova, il grana padano grattugiato, sale e pepe. Imburra i coppapasta e sistemali sulla placca foderata con carta da forno bagnata e strizzata. Versa all'interno il composto di carote, sistemaci i nastri di carota arrotolati e inforna a 160° per 30 minuti.
Taglia il taleggio a pezzettini, eliminando la crosta; mettili in una casseruolina antiderente, aggiungi il latte e fallo sciogliere su fuoco basso, mescolando. Distribuisci la crema di formaggio in piatti individuali, sformaci sopra i flan e insaporisci con una generosa macinata di pepe. Decora a piacere con foglie di salvia saltate in una noce di burro.

Preparazione 15 min.

Cottura 25 min.

“Nobile e gustosa, l’orata ha solo l’1% di grassi e il 17% di proteine. Perfetta per cotture alla griglia, al forno, al cartoccio, è simile al pagello e al branzino”.

Orata al cartoccio con lime, limone e pompelmo

Per 4 persone
2 orate grandi già pulite (o 4 piccole) - 200 g di pancarrè sbriciolato - 120 g di burro - 2 spicchi di aglio - rosmarino - salvia - prezzemolo - timo - vino bianco - 2 lime - 1 limone non trattato - 1 pompelmo non trattato - miele - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Sala, pepa e irrora con il succo di un lime l’interno delle orate poi pratica 3 tagli diagonali sulla parte più spessa dei pesci.
Prepara un trito di aglio, rosmarino, salvia, prezzemolo e timo e aggiungi la scorza di 1/2 limone grattugiata. Tosta il pancarré, monta il burro ammorbidito e amalgama il tutto con il trito di erbe. Farcisci le orate con il composto e spalmale con quello che rimane.
Disponi le orate in una teglia foderata con carta da forno. Copri con gli agrumi rimasti tagliati a fette, irrora con un filo di olio e di miele, sale, pepe e copri con altra carta da forno, senza sigillare i bordi. Inforna per 25 minuti a 180° e, a metà cottura, spennella con il burro che si sarà depositato sul fondo, aggiungi 1 bicchiere scarso di vino e togli il foglio di carta da forno superiore. Sforna, sfiletta le orate e servile con il fondo di cottura e una macinata di pepe.

Filetti di trota salmonata ripieni con kumquat

Per 4 persone
8 filetti di trota salmonata già spellati - 3 fette di pane raffermo senza crosta grattugiate - 1 cucchiaio di capperi sotto sale - 1/2 porro - 1 limone - 20 kumquat - 50 g di frutta secca mista - finocchietto - 1 cucchiaio di uvetta - 1 uovo - 30 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - vino bianco - olio extravergine di oliva - sale - pep

Dissala i capperi sotto acqua fredda corrente. Monda il porro e tritalo con la frutta secca, il finocchietto e i capperi. Amalgama il trito al pane sbriciolato con l’uovo, il parmigiano, sale e pepe. Lava e asciuga i kumquat, tienine da parte 4 e taglia a dadini gli altri, eliminando i semi. Uniscili al trito preparato insieme all’uvetta.
Priva di eventuali lische i filetti di trota, poi irrorali con un filo di olio e il succo di limone. Stendine 4, ciascuno su un foglio di carta da forno, distribuisci il ripieno, posiziona su tutti i 4 filetti rimasti, chiudili ben stretti nella carta da forno e legali con spago da cucina.
Rosola i filetti su entrambi i lati in una grande padella con un filo di olio per 5 minuti. Quindi versa nella padella 1/2 bicchiere di vino bianco, copri con il coperchio e continua a cuocere a fuoco basso per altri 5 minuti. Al termine, lasciali riposare per qualche minuto, poi elimina lo spago e i fogli di carta da forno. Servili guarniti con finocchietto tagliuzzato e con i kumquat tenuti da parte, tagliati a spicchi.

“La trota salmonata ha carni rosa dovute all’alimentazione a base di carotenoidi nei bacini di allevamento; è l’alternativa economica al salmone”.

Preparazione 15 min.

Cottura 10 min.

consigli utili

agrumi FRUTTI di inverno

Buoni e salutari, consentono di preparare piatti scquisiti sfruttando tutto: polpa, succo e persino scorza. Sono ricchi di vitamina C, utile per contrastare i malanni invernali. Non farli mai mancare nel tuo menu.

ITALIANI E BIO

È meglio acquistare gli agrumi coltivati in Italia, perché dall’estero potrebbero arrivare trattati con etilene, un gas che altera il colore della scorza e li fa sembrare freschi e colti al punto giusto di maturazione. Se poi provengono da coltivazioni biologiche meglio ancora: sono coltivati senza pesticidi e non trattati. Così la buccia, ricca di antiossidanti, è edibile.

CONTORNO CHIC

Millefoglie di patate al tartufo

Per 4 persone
Preparazione 10 minuti
Cottura 20 minuti

2 porri - 4 patate a pasta gialla - 1 tartufo nero - 1 cucchiaio di granella di nocciole - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Pulisci i porri, elimina le radichette e i 2/3 della parte verde, poi lavali sotto acqua fredda corrente e cuocili al vapore per 15 minuti; lasciali intiepidire, quindi tagliali a rondelle.
Spella le patate, affettale con una mandolina e mettile a bagno in acqua fredda, così che perdano una parte di amido e risultino più croccanti cotte in forno. Affetta sottilmente il tartufo nero.
Su una teglia rivestita con carta da forno disponi 4 coppapasta del diametro di 10 cm, poi distribuisci a strati le patate, scolate dall'acqua e asciugate bene, i porri e le fettine di tartufo. Ogni due strati sala, pepa e versa un filo di olio; termina con 1 cucchiaino di granella di nocciole. Trasferisci la teglia in forno già caldo a 180° e fai cuocere per 5 minuti. Servi in quattro piattini singoli.

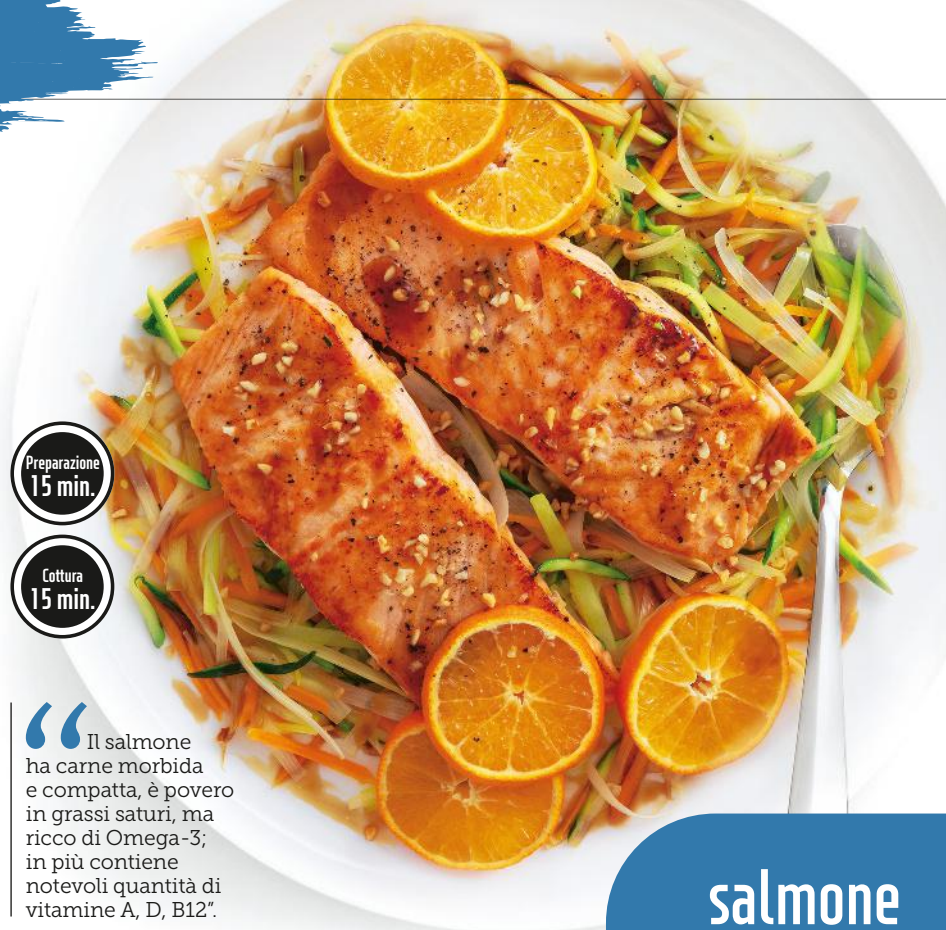
Preparazione 15 min.

Cottura 15 min.

"Il salmone ha carne morbida e compatta, è povero in grassi saturi, ma ricco di Omega-3; in più contiene notevoli quantità di vitamine A, D, B12".

Filetto di salmone con salsa di mandarini

Per 4 persone
4 filetti di salmone di circa 200 g ciascuno - 8 mandarini non trattati + quelli per decorare - 2 porri - 2 carote - 2 coste di sedano - 2 zucchine - granella di nocciole - 100 ml di salsa di soia - 100 ml di sakè - 100 g di zucchero - aceto di mele - fecola di patate - 1 spicchio di aglio - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Monda le verdure, poi tagliale a julienne. Falle saltare in una padella con un filo di olio, sale, pepe e 5 ml di salsa di soia. Metti in una casseruola la salsa di soia rimasta con lo zucchero, il sakè, 100 ml di succo di mandarino, 2 cucchiai di aceto di mele e l'aglio.
Elimina la pelle dai filetti di salmone e passali nella fecola, poi scuotili per eliminare quella in eccesso. Lava i mandarini rimasti, asciugali e tagliali a fettine. Rosola i filetti su entrambi i lati in una padella antiaderente con un filo di olio, sale e pepe per 1-2 minuti; toglili e asciugali con carta da cucina. Fai addensare nella padella la salsina preparata finché risulterà vellutata, quindi aggiungi i filetti di salmone e scaldali a fuoco basso su entrambi i lati, con il coperchio, fino a cottura completa.
Scalda le verdure, suddividile a mucchietti nei piatti individuali, disponi sopra i filetti di salmone, decora con granella di nocciole e con le fettine di mandarini e servi.

salmone PRINCIPE *DELLE FESTE*

È sicuramente tra gli ingredienti più amati dagli italiani per le sfiziose preparazioni natalizie. La maggior parte del salmone deriva da produzioni in acquacoltura e la Norvegia rappresenta un modello di innovazione in questo ambito. A vegliare sul commercio dei prodotti ittici norvegesi, agevolando una condotta corretta per la sicurezza dei prodotti, è il **Norwegian Seafood Council**, ente fondato dal Ministero della Pesca nel 1991. Il salmone norvegese allevato in mare è controllato passo a passo, facile da pulire, veloce da preparare e bello da presentare in tavola; è sicuro anche crudo in sushi, sashimi e tartare.

PICCOLI savarin monodose

Fai saltare in padella con un filo di olio 1 scalogno tagliato a fettine, 100 g di gamberetti già sgusciati, una manciatina di prezzemolo tritato, sale e pepe. Frulla 150 g di filetto di salmone fresco e 150 g di filetto di sogliola con 1 uovo, 200 ml di panna fresca, sale e pepe. Imburra 4 stampini da crème caramel e distribuisci sul fondo i gamberetti e il composto di pesce; copri con un foglio di alluminio e cuoci in forno già caldo a 180° per 30 minuti. Servi i savarin sformati nei piattini su un letto di fette di arancia.

"Il savarin nasce come dolce a forma di ciambella della stessa pasta del babà, creato a Parigi nell'Ottocento dai fratelli pasticceri Julien. Qui è in versione salata".

Savarin di sogliola ai gamberi con agrumi misti

Per 6 persone
20 filetti di sogliola senza pelle - 250 g di filetti di platessa - 250 g di code di gamberi sgusciate e private del filetto nero - 2 albumi - 500 ml di panna fresca - 50 g di granella di pistacchi - 2 limoni + 2 arance + 4 clementine non trattati - 250 g di burro + quello per lo stampo - 4 tuorli - erba cipollina - sale - pepe

Prepara una mousseline di pesce: frulla i filetti di platessa e le code di gamberi, incorporando gradualmente gli albumi; poi passa il composto ottenuto al setaccio. Incorpora poco alla volta la panna freddissima, leggermente montata, sala e pepa. Amalgama la granella di pistacchi e un po' di scorza di limone e arancia grattugiata, poi trasferisci in frigo.
Imburra uno stampo da savarin, disponi i filetti di sogliola facendo sbordare le estremità. Riempi con la mousseline, piega verso il centro le estremità dei filetti e copri con carta da forno imburrata. Cuoci il savarin a bagnomaria in forno a 170° per circa 30 minuti, finché si sarà rassodato.
Monta a bagnomaria i tuorli con un cucchiaio di acqua ghiacciata. Incorpora gradualmente il burro a dadini ben freddo e continua a montare finché la salsa si sarà addensata. Sala, pepa, versa 2-3 cucchiai del succo dei 3 agrumi e aromatizza con erba cipollina tagliuzzata. Sforma il savarin, spennellalo con burro fuso, riempi il foro centrale con gli agrumi tagliati a spicchi con la buccia, completa con la granella di pistacchi avanzata e servilo con la salsa appena preparata tiepida.

"Immergi il rombo in acqua bollente per 1-2 minuti, sgocciolalo e togli la pelle senza fatica con l'aiuto di un coltellino".

Rombo al forno con arancia e sedano rapa

Per 4 persone
1 rombo grande o 2 più piccoli già puliti - 500 g di sedano rapa - 1 limone - 4 arance non trattate - liquore all'arancia - 3 rametti di aneto - 2 spicchi di aglio - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Monda il sedano rapa e taglialo a fettine di 3-4 mm. Immergile in acqua fredda con il succo del limone, cuocile in acqua bollente salata per 2-3 minuti e sgocciolale con un mestolo forato. Lava 2 arance e tagliale a fette sottili con la buccia. Sciacqua il rombo e asciugalo con carta da cucina. Schiaccia l'aglio, spellalo e tritalo con l'aneto. Trasferisci il mix in una ciotola, unisci 4-5 cucchiai di olio, sale, pepe e mescola. Fodera la placca con carta da forno bagnata, strizzata e unta con poco olio.
Disponi il rombo al centro e irroralo con metà dell'olio preparato, il succo di 1 arancia e 4-5 cucchiai di liquore all'arancia; inforna a 180° per 10 minuti. Elimina la pelle superiore del rombo, irrora la polpa con l'olio aromatico rimasto e coprila con le fettine di sedano rapa alternate a quelle di arancia, disponendole in modo simmetrico e decorativo. Sala e pepa.
Prosegui la cottura per 15-20 minuti. Intanto versa in un vasetto il succo di arancia rimasto, aggiungi 5-6 cucchiai di olio, sale e pepe, metti il coperchio e scuoti, per emulsionare. Servi il pesce caldo con la salsa preparata.

PANETTONE ripieno

Prepara la crema preferita, farcisci gli strati e copri con un velo di meringa: in poche mosse trasformerai il più canonico dei dolci in una sorpresa ghiotta e contemporanea

A CURA DI **ENZA DALESSANDRI**
RICETTE DI **CLAUDIA COMPAGNI**

zafferano e meringhe

Per questa farcia golosa preferisci la ricotta piemontese che ha pasta più fine e omogenea rispetto alle altre, così avrai una crema perfettamente liscia; l'aggiunta della meringa dà leggerezza, mentre le meringhette sbriciolate portano una sfiziosa nota croccante.

1

PREPARA LA MERINGA E LA BAGNA

Per la meringa monta 5 albumi in una ciotola a bordo alto usando le fruste elettriche e versandoci a filo uno sciroppo preparato con 60 ml di acqua e 200 g di zucchero. Prepara la bagna: versa 150 ml di spumante e 50 ml di acqua in una piccola casseruola con un baccello di vaniglia tagliato a metà nel senso della lunghezza, 200 g di zucchero e qualche goccia di succo di limone. Fai ridurre sul fuoco fino a ottenere una consistenza sciropposa.

2

SCEGLI LA CREMA

Zafferano e meringhe

Lavora a crema la ricotta con lo zucchero a velo e lo zafferano, poi aggiungi le meringhette spezzettate. Incorpora infine qualche cucchiaio della meringa preparata al punto 1 con movimenti delicati dal basso verso l'alto.

300 g di ricotta

150 g di meringhette

50 g di zucchero a velo

2 bustine di zafferano

Cioccolato e canditi

Mescola il mascarpone con il cioccolato fondente all'80% tritato non troppo finemente e le ciliegie candite tagliate a dadini. Monta la panna con 50 g di zucchero a velo e incorporala al composto con movimenti delicati.

100 g di cioccolato

300 g di mascarpone

100 g di ciliegie candite

2 dl di panna fresca

Arancia e pistacchi

Amalgama il formaggio fresco spalmabile con 50 g di zucchero a velo, la marmellata di arancia amara (meglio se con le scorzette), i pistacchi spezzettati e i chicchi di caffè pestati grossolanamente.

300 g di formaggio fresco

100 g di marmellata d'arancia

100 g di pistacchi

6 chicchi di caffè

3

MONTA IL DOLCE

Taglia un panettone basso in 3 dischi e tostali leggermente in forno. Metti la base su un piatto da portata resistente al calore del forno, spennellala con la bagna preparata e stendici metà della crema scelta. Appoggia il secondo disco di panettone, spennella di nuovo con la bagna e copri con la crema rimasta. Completa con la cupola di panettone, spennella anche quest'ultima con la bagna, copri il dolce con la meringa e falla dorare sotto il grill del forno per qualche istante.

A CURA DI **ALESSANDRO GNOCCHI**

ravioli FRESCHI

Dai tortelli ai cappelletti, sotto il nome di ravioli si comprende tutta la pasta ripiena, un prodotto che al supermercato si può trovare confezionato nel reparto del fresco. Nella lavorazione industriale, l'impasto viene passato più volte in trafile dallo spessore sempre più basso fino a ottenere una **sfoglia che sia, allo stesso tempo, sottile ed elastica**. Prima dell'assemblaggio con la farcitura la pasta viene pastorizzata in modo che rimanga stabile e non si deteriori. Nel caso in cui il ripieno contenga ingredienti facilmente deteriorabili (come il pesce o il formaggio) può essere **sottoposto a pastorizzazione anche il prodotto finito**. Conservati in atmosfera modificata i ravioli freschi si mantengono per circa 2 mesi. Si trovano anche congelati e durano 4 mesi.

All'acquisto e in frigorifero

Quando si acquistano ravioli freschi bisogna verificare che non ci siano bolle d'aria tra il ripieno e la sfoglia. Dopo l'acquisto vanno tenuti in frigorifero a una temperatura massima di 6°.

FOTO DI SONIA FEDRIZZI

COME LEGGERE l'etichetta

I prodotti di qualità riportano sulla confezione la percentuale di pasta e di ripieno rispetto al prodotto finale (vedi sotto); gli ingredienti dell'una e dell'altro sono indicati separatamente. Per la pasta, la differenza è fatta dalla quantità di uova, che deve essere superiore al 20% (in alcuni casi si arriva fino al 35%); per il ripieno si deve controllare che l'ingrediente principale sia il primo dell'elenco.

50% DI SFOGLIA E RIPIENO

Mediamente un buon raviolo fresco deve essere composto in egual misura da pasta e farcitura.

PRENDI NOTA

SEMPRE PRONTI

Per avere in dispensa un prodotto di maggiore durata, si può optare per quello congelato. Si tratta di una soluzione pratica che non richiede lo scongelamento prima della cottura, come nel caso dei raviolini ai formaggi e dei cappelletti di carne prodotti da Fumaiolo; in vendita in confezioni da 400 g, costano l'una 6,99 euro.

Pie di tortelli di zucca al formaggio di capra

Preparazione **15 minuti**
Cottura **55 minuti**
Dosi per **4 persone**

650 g di tortelli di zucca - 2 rotoli di pasta sfoglia rettangolare - 160 g di formaggio di capra - 200 g di besciamella - 1 tuorlo - 1 mazzetto di erba cipollina - 1 rametto di salvia - 40 g di gherigli di noci - 25 g di burro + quello per lo stampo - sale - pepe

Trita l'erba cipollina e la salvia. Fai sciogliere il burro con il battuto di erbe e pepe. Lessa i tortelli in acqua salata e scolali. Falli intiepidire e disponili in una ciotola. Condiscili con il burro alle erbe, la besciamella, i gherigli tritati e il formaggio a dadini. Imburra uno stampo da 1 litro, foderalo con carta da forno e quindi con un rotolo di pasta sfoglia.

Riempi lo stampo con i tortelli. Ricava dal rotolo di sfoglia rimasto un rettagolo della misura della stampo e foralo intagliando uno o più camini (ovvero dei fori da cui il vapore possa sfiatare); adagialo sui tortelli e sigilla i bordi pizzicandoli con le dita. Decora la superficie con qualche strisciolina (o altre forme a tua scelta) della sfoglia avanzata.

Spennella la superficie del pie con il tuorlo leggermente battuto con un pizzico di sale; trasferisci in forno e fai cuocere a 190° per circa 45 minuti, tenendo lo stampo appoggiato sulla griglia nella parte bassa. Quando il pie risulta ben dorato, toglilo dal forno e lascialo riposare per 4-5 minuti. Poi sformalo su un piatto da portata e servi.

Pasticcio con gamberi e salmone

Per 4 persone
Preparazione 10 minuti
Cottura 40 minuti

400 g di raviolini alla ricotta e spinaci (possibilmente a forma di stella) - 100 g di mascarpone - 1,5 dl di panna fresca - 1 scalogno - 30 g di burro + quello per le pirofiline - 12 code di gambero pulite - 100 g di salmone affumicato - sale - pepe

Cuoci i raviolini in acqua salata e scolali molto al dente. Lasciali intiepidire leggermente, trasferiscili in una ciotola quindi unisci il mascarpone diluito con la panna fresca, un pizzico di sale, un'abbondante macinata di pepe e mescola delicatamente.
Spella lo scalogno e affettalo finemente; poi trasferiscilo in una padella e fallo appassire con il burro e un pizzico di sale. Unisci le code di gambero tagliate a pezzetti e il salmone affumicato, tagliato a tocchetti, mescola e fai cuocere per circa 5 minuti.
Suddividi i raviolini in 4 pirofiline monoporzione imburrate, trasferisci in forno a 200° e fai cuocere per 20 minuti. Verso fine cottura aziona il grill, fai gratinare leggermente il pasticcio, poi toglilo dal forno. Lascialo riposare per qualche minuto e quindi servi direttamente nelle pirofiline.

CLASSICO ma non troppo

Giovanni

NAPOLETANO DOC, GENUINO COME LA SUA CUCINA

Arista con pere, noci e pecorino

La tradizione è l'elemento imprescindibile in cucina. Si parte da elementi certi, sicuri. Un po' come la famiglia, anche quando sono strampalate. Ogni anno mantengo vive le tradizioni di mamma, di papà e ci aggiungo un pizzico di mio. Ecco il mio arrosto della consapevolezza. In fondo, a un certo punto, siamo noi a dover essere i genitori di noi stessi.

Strofina **sale** e **pepe** su 800 g di **arista di maiale** disossata. Taglia con la mandolina 1/2 **pera williams**, riduci a scaglie 100 g di **pecorino toscano** stagionato e tosta in padella 50 g di **granella di noci**. Sistema 200 g di fettine di **pancetta dolce** sul tagliere, cospargile con la metà del pecorino e della granella, avvolgile intorno alla carne, ricopri con le fette di pera e lega con spago da cucina. Fai scaldare in una casseruola 4 cucchiai d'**olio extravergine d'oliva**, unisci l'involto preparato e lascialo sigillare su tutti i lati girandolo con 2 cucchiai di legno. Trasferiscilo su una griglia posata in una leccarda e cuoci in forno ventilato a 220° per 15 minuti, poi prosegui a 180° per 10-12 minuti. Quando è cotta, copri la carne con alluminio per 5 minuti. Intanto taglia a metà altre 4 pere williams, uniscile alla 1/2 pera rimasta e cuocile in padella con una noce di **burro**, uno spicchio d'**aglio** e un rametto di **rosmarino**. Quando saranno tenere, unisci un cucchiaio di **miele**, alza la fiamma e fai imbrunire. Affetta l'arista e accompagnala con le pere, la granella e il pecorino rimasti, irrorando con il fondo di cottura delle pere e servi.

FOTO DI MAURIZIO LODI

"Vuoi essere sicuro di ottenere una perfetta cottura al sangue? Misura la temperatura con un termometro da arrosti. L'arista sarà pronta quando al cuore raggiungerà i 48°-52°. Se desideri che la carne sia più cotta, aumenta i tempi di cottura di qualche minuto".

Un tocco di colore?
Qualche fruttino rosso tipo ribes o lamponi potrebbe starci molto bene e fare ancor più Natale. Aggiungilo poco prima di servire l'arrosto!

e in più...

Natale DA NORD A SUD

Ecco tre ricette più golose che mai, rubate alla tradizione gastronomica di Lombardia, Toscana e Campania. Sono state scelte per essere in equilibrio tra loro e per comporre un menu davvero speciale, che accarezza tutto lo Stivale in un ideale fil rouge

A CURA DI **CRISTIANA CASSÉ** RICETTE DI **DANIELA MALAVASI** FOTO DI **SONIA FEDRIZZI**

organizza IL TUO tempo

24 ore prima

Prepara il sartù e l'insalata russa
Cucina il sartù, lascialo raffreddare, sformalo su un piatto e tienilo in frigo protetto con pellicola trasparente o alluminio. Appresta l'insalata russa e mettila in frigorifero in un recipiente chiuso.

1-2 ore prima

Cuoci l'arrosto
Barda il carré e infornalo 1 ora abbondante prima del pranzo: continuerà a cuocere mentre gusti le altre portate (non può essere riscaldato sennò diventa stopposo). Circa 1 ora prima, togli dal frigo il sartù in modo che raggiunga la temperatura ambiente. Apparecchia la tavola.

20 min. prima

Le ultime mosse
Togli l'insalata russa dal frigo, distribuiscila negli stampini imburrati, sformala sui piatti e guarniscila. Spennella uniformemente il sartù con olio. Sposta il carré nella parte bassa del forno e metti in quella mediana il sartù a riscaldare. Poi riporta la carne al suo posto per terminare la cottura.

Sartù di riso napoletano

Nato da uno stratagemma
Quando il riso arrivò a Napoli dalla Spagna, alla fine del XIV secolo, raccolse ben poco credito, al punto che i napoletani lo chiamavano "sciacquapanza". Il suo successo iniziò nel 1700, alla corte di Ferdinando I di Borbone, quando i cuochi francesi del re lo proposero in una ricca ricetta con tutti gli ingredienti tipici della cucina partenopea... Uno stratagemma vincente, tanto da far diventare un piatto a base di riso il preferito dei napoletani. Oggi del sartù esistono varie declinazioni: con le uova, senza sugo rosso e altre ancora.

Gira pagina e trovi le ricette complete

Insalata russa alla milanese

Qual è la sua vera patria
Per capire quanto siano controverse le sue origini, basti dire che noi la chiamiamo "russa", in Germania la definiscono "italiana" e in Russia porta il nome del suo probabile inventore, Lucien Olivier, che è belga! Di sicuro possiamo dire che la nostra versione meneghina è considerata storica in Lombardia.

Carré di maiale alla toscana

Ricco, ma anche povero
A Natale si usa il prezioso carré, ma durante l'anno è la lonza (una parte del carré, senza ossi) che nella tradizione rurale toscana interpreta questo goloso arrosto. Un taglio più economico e molto asciutto: per ammobidirlo viene forato nel senso della lunghezza, farcito con un battuto di lardo e aromi e quindi bardato esternamente con prosciutto toscano.

Insalata russa alla milanese

Per 6 persone

350 g di maionese fatta in casa - 180 g di carote - 250 g di patate a pasta soda - 80 g di pisellini surgelati - 30 g di tonno sott'olio - 20 g di cetriolini sott'aceto - 8 g di capperi dissalati - qualche stelo di erba cipollina - olio extravergine d'oliva - burro - sale

1 Raschia le carote, sbuccia le patate, lava entrambe e cuocile al vapore mantenendole leggermente croccanti: non devono disfarsi, altrimenti quando le mescolerai con la maionese si trasformeranno in un impasto. Raffreddale in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, scolale e tamponale per asciugarle. Passale in frigorifero per 15 minuti e poi riducile a cubetti.
2 Tuffa i pisellini in acqua bollente salata, scolali alla ripresa del bollore, raffreddali in acqua e ghiaccio e falli asciugare su un telo ben distanziati. Sgocciola il tonno e i cetriolini e tagliali a dadini. Sciacqua bene i capperi e asciugali. Metti tutti gli ingredienti preparati in una ciotola capiente e aggiungi a poco a poco la maionese mescolando delicatamente; metti l'insalata russa in figo per 2 ore.
3 Imburra generosamente 6 stampini a cilindro, riempili con l'insalata russa e compattala bene con il dorso di un cucchiaio unto con poco olio. Sforma le porzioni direttamente nei piatti e completa con l'erba cipollina sminuzzata. Puoi guarnire a piacere con carote a nastro, foglioline di misticanza, germogli, spicchi di uova sode.

Maionese e ortaggi

Un matrimonio d'amore
Se ti viene la tentazione di usare la maionese pronta, sappi che farla in casa è un attimo. Sguscia 2 uova nel bicchiere del frullatore, azionalo a media velocità e aggiungi olio di oliva o di semi a filo sottile (fallo colare dal buco sul tappo) fino a ottenere una crema densa. Sala, acidifica con succo di limone e un goccino di aceto (regolati secondo il tuo palato) e il gioco è fatto. Per le verdure, esistono mix da insalata russa già pronti surgelati.

Preparazione 30 min.

Cottura 10 min.

COSÌ SARÀ perfetta

È fondamentale che i cubetti di verdura siano piccoli e di forma regolare. Per ottenerli, riduci carote e patate a listarelle, allineane 3-4 per volta e quindi tagliale a dadini con un coltello a lama liscia unto con poco olio.

1

2

3

Sartù di riso napoletano

Per 6-8 persone

Per il riso: 700-800 g di ragù napoletano (vedi riquadro in basso a destra) - 500 g di riso arborio o vialone nano - 100 g di pisellini surgelati - 150 g di mozzarella fiordilatte - 30 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - pangrattato e burro per lo stampo - sale
Per le polpettine: 200 g di carne di maiale macinata - 300 ml di passata di pomodoro - 1 uovo- 70 g di pane raffermo - 30 g di parmigianoreggiano Dop grattugiato - 1 ciuffo di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - olio per friggere - sale - pepe

1 Per le polpettine, fai ammobidire il pane in acqua, strizzalo e impastalo con la carne, l'uovo, il parmigiano e il prezzemolo tritato. Sala, pepa e forma tante polpettine. Friggile in olio bollente e scolale. Cuoci per pochi minuti la passata con un filo di extravergine e sale, unisci le polpettine e falle insaporire brevemente nel sugo.
2 Per il riso, sbollenta i pisellini in acqua salata e scolali. Togli le carni dal ragù e tienile da parte (potrai servirle come seconda portata). Versa nel tegame con il sugo 1 bicchiere di acqua e porta a bollore la salsa. Aggiungi il riso e cuocilo a fuoco dolce, mescolando spesso e unendo acqua bollente se dovesse asciugarsi troppo: al termine, il riso dovrà avere assorbito tutto il sugo. Poi regolalo di sale, mantecalo con il parmigiano e lascialo intiepidire. Intanto, taglia la mozzarella a cubettini e mettili in un colino a sgocciolare.
3 Imburra generosamente uno stampo a tronco di cono, cospargilo con pangrattato e rovescialo per eliminare l'eccedenza. Distribuisci sul fondo e sulle pareti uno spesso strato di riso compattandolo bene. Mescola le polpette e il loro sugo con i pisellini e la mozzarella e versa il tutto nello stampo. Copri con un ultimo strato di riso e cuoci in forno caldo a 180° per 1 ora.

Preparazione 1 ora

Cottura 4/5 ore

Prepara il ragù

Un sugo godurioso
Soffriggi 1 cipolla tritata in un filo d'olio, sfuma con 1/2 bicchiere di vino bianco e poi unisci 200 g di muscolo di manzo, 1 salsiccia napoletana e 150 g di costine di maiale. Rosolali brevemente, salali, aggiungi 7,5 dl di passata di pomodoro e 1 dl di acqua e cuoci lentamente per 3-4 ore, finché le carni saranno molto tenere. Regola di sale durante la cottura.

UN TRUCCO da esperti

Lascia raffreddare il sartù, poi ungilo bene con olio su tutta la superficie, mettilo di nuovo nello stampo e passalo in forno caldo a 180° per 20 minuti. Il riso in superficie diventerà croccante e il tuo sartù sarà davvero... napoletano.

BARDATURA **indispensabile**

Il carré, il taglio nobile del maiale, è per sua natura piuttosto magro. Per tenerlo morbido in cottura è necessario bardarlo con un salume ridotto a fettine molto sottili: in questo modo il suo grasso penetrerà meglio nella carne. Vale lo stesso per il formaggio, che ingolosisce questa ricetta.

Preparazione 30 min.

Cottura 110 min.

Carré di maiale alla toscana

Per 6 persone

1,2 kg di carré di maiale - 80 g di pecorino toscano a scaglie - 200 g di prosciutto toscano a fettine - 2 cachi mela - 8 clementine non trattate - 60 g di chicchi di melagrana - 6 scalogni - rosmarino - 2 dl di vino bianco - brodo di carne delicato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Strofina il carré con sale e pepe. Copri gli ossi con fogli di alluminio. Stendi una parte delle fette di prosciutto su un tagliere e coprile con le scaglie di pecorino. Posaci sopra il carrè e avvolgilo con il prosciutto sottostante; copri le parti scoperte con il prosciutto rimasto.
2 Lega l'arrosto con qualche giro di spago e infila sotto lo spago il rosmarino a ciuffetti. Mettilo in una teglia con un filo di olio e cuocilo per 15 minuti in forno caldo 180°. Sfumalo con il vino e prosegui la cottura per 1 ora bagnandolo spesso con il fondo di cottura: aggiungi via via anche un po' di brodo caldo.
3 Aggiungi in teglia i cachi a spicchi, le clementine a metà e gli scalogni sbucciati, mescolali nel fondo e cuoci per altri 35-40 minuti. Al termine, cospargi il carré con i chicchi di melagrana e fallo riposare 15 minuti prima di servirlo.

I frutti d'inverno

Al posto delle patate
Spesso questo goloso arrosto è cucinato con le patate (aggiungile in teglia tagliate a pezzi 40 minuti prima della fine), ma per i pranzi importanti proponiamo la versione con la frutta (anche con le mele), più elegante.

6 idee con tacchino e CAPPONE

Il secondo del pranzo di Natale interpretato in chiave moderna e accompagnato da contorni festosi

A CURA DI **CRISTIANA CASSÉ**

"Se il composto di pane risulta asciutto, aggiungi poco brodo: deve risultare piuttosto morbido, ma non molle".

Preparazione 45 min.

Cottura 150 min.

Cappone alle tre farce

Per 10 persone
1 cappone disossato (anche le cosce) - 2 fette di petto di pollo spesse - 500 g di carne di maiale macinata - 150 g di mortadella in una sola fetta - 100 g di fondo di prosciutto crudo - 2 uova e 2 tuorli - 100 g di grana padano Dop grattugiato - 150 g di mollica di pane casereccio raffermo - 3 foglie di verza scura - 200 g di sedano, carota e cipolla a dadini- 2 cucchiai di prezzemolo tritato - 10 steli di erba cipollina - 2 spicchi d'aglio - 2 bicchieri di vino bianco - 2 bicchieri di brodo vegetale - olio extravergine d'oliva - noce moscata - sale -pepe

Taglia mortadella e prosciutto a cubettini e mescolali con la carne macinata, 1 uovo, metà del prezzemolo, sale, pepe e noce moscata. Ammorbisci il pane nelle restanti uova sbattute e impastalo con il prezzemolo rimasto, l'erba cipollina tritata e il grana.
Scotta le foglie di verza in acqua bollente e disponile su un tagliere accavallandole in modo da formare un rettangolo: appoggiaci sopra il composto di pane conformato a salsicciotto e avvolgilo con la verza.
Adagia il cappone sul lato della pelle e sistema le fette di pollo tra le cosce e il busto dove non c'è carne, sala e pepa. Disponi al centro metà del ripieno, aggiungi il rotolo di verza e copri con il ripieno rimasto. Richiudi il cappone, legalo, salalo e pepalo. Mettilo in una pirofila con un filo d'olio, le verdure a dadini e l'aglio. Cuoci in forno caldo a 180° per 20 minuti, irrora con il vino, porta la temperatura a 170° e prosegui la cottura per 2 ore bagnando ogni tanto con il brodo.

CONTORNO CONVIVIALE

Sformato di cardi fiorentino

Per 8 persone
Preparazione 40 minuti
Cottura 1 ora e 30 minuti

1,8 kg di cardi - 5 uova - 250 g di pecorino toscano grattugiato - 70 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - 1 litro di latte - 80 g di farina - 2 limoni - 80 g di burro - 2 spicchi d'aglio - olio extravergine d'oliva - noce moscata - sale - pepe

Lava i cardi, puliscili, tagliali a tocchetti e mettili a bagno in acqua acidulata con il succo dei limoni. Porta a ebollizione 1/2 litro di latte con 1 litro di acqua, unisci i cardi sgocciolati e risciacquati, sala e cuocili finché saranno teneri. Scolali e saltali in padella con olio e gli spicchi d'aglio spellati. Prelevane 650 g e frullali.
Fai sciogliere il burro in una pentola antiderente, unisci la farina e mescola fino al crearsi di una cremina. Poi aggiungi a filo il latte rimasto e fai addensare la besciamella mescolando con una frusta. Prelevane 1 terzo e mescolala con il pecorino. Aggiungi alla restante il passato di cardi, il parmigiano, le uova, sale, pepe e noce moscata. Frulla tutto e poi incorpora 150 g di cardi a cubettini.
Versa il composto in uno stampo a ciambella di 1,5 litri e cuoci a bagnomaria in forno caldo a 170° per 50 minuti. Rovescia lo sformato tiepido su un piatto, irrorarlo con la salsa al pecorino e metti al centro i cardi rimasti.

"Quando batti la fetta di fesa con il pestacarne, abbi cura di metterla tra due fogli di carta da forno: in questo modo si assottiglierà senza sfilacciarsi".

Preparazione 30 min. Cottura 50 min.

Rotolo di tacchino ai fegatini

Per 4 persone
600 g di fesa di tacchino in una sola fetta - 150 g di fegatini di pollo - 4 fette di pancarré - 1 uovo - 80 g di mostarda di Cremona sgocciolata - 30 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - 1 scalogno - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 mazzetto di salvia - 1 dl di latte - 1/2 dl di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Fai ammorbidire il pane nel latte. Lava il prezzemolo. Riduci la mostarda a dadini. Spella lo scalogno, tritalo e soffriggilo una padella con un filo d'olio. Unisci i fegatini, rosolali per 3-4 minuti e frullali con il prezzemolo. Poi mescola il composto con l'uovo, il pane strizzato e sminuzzato, il parmigiano e la mostarda.
Batti la fesa con il pestacarne per assottigliarla un po', spalmala con il ripieno, arrotolala e legala con qualche giro di spago.
Rosola il rotolo in una pirofila con un filo d'olio, sfumalo con il vino, unisci la salvia, sala, pepa e passa in forno caldo a 190° per 40 minuti.

Tacchinella ripiena con mele e uva

Per 8 persone
1 tacchinella di 1,5 kg -120 g di pancetta a cubetti - 300 g di pancarré - 3 uova - 120 g di uvetta - 2 mele Golden e 4 mele rosse - 350 g di uva rosata - 2 piccole cipolle dorate - 1 cucchiaio di foglie di salvia tritate - 150 g di burro - 200 ml di latte - 100 ml di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Metti a bagno l'uvetta in acqua tiepida e il pancarré nel latte. Pulisci l'interno della tacchinella con carta da cucina. Sbuccia le mele Golden e tagliale a dadini. Spella le cipolle, tritale e falle ammorbidire in una larga padella antiaderente con 30 g di burro e la pancetta per 5 minuti circa. Toglile dal fuoco e lasciale raffreddare.
Riunisci in una ciotola le cipolle con la pancetta, l'uvetta e il pancarré strizzati, i dadini di mela, le uova sbattute, la salvia, sale e pepe. Mescola finché il composto sarà omogeneo e poi inseriscilo nella tacchinella. Cuci l'apertura e massaggia la pelle con circa 20 g di burro. Fai sciogliere il burro rimasto con 4 cucchiai d'olio in una grande teglia che possa andare in forno e disponivi la tacchinella. Rosolala a fuoco medio per qualche minuto: prima sul dorso, poi sul petto e quindi ancora sul dorso. Sfuma con il vino e inforna a 200° per 2 ore e 30 minuti, bagnando la tacchinella di tanto in tanto con il fondo di cottura.
Intanto, lava l'uva e le mele rosse e taglia queste ultime a metà nel senso dell'altezza. Aggiungi la frutta all'arrosto in quest'ordine: le mele dopo 1 ora e mezzo di cottura, gli acini d'uva dopo 2 ore. Trasferisci la tacchinella su un piatto di portata, disponi intorno la frutta e irrora il tutto con il sughetto.

Preparazione 45 min. Cottura 160 min.

le quattro REGOLE *AUREE*

Non farcire troppo i volatili: il ripieno si gonfia in cottura e può fuoriuscire. Compattalo nella cavità con le mani e lascia uno spazio vuoto vicino all'apertura: ti servirà anche per cucire il foro più facilmente.
Verifica la cottura di capponi o tacchinelle ripiene infilzandoli con un lungo stecco: se esce liquido, cuoci ancora per 20 minuti.
Prima di servire, lascia riposare la carne nella teglia per 10 minuti con sopra un foglio di alluminio.
Taglia gli arrosti con gli ossi con un trinciapollo: mai con il coltello seghettato perché rovina la carne. Per quelli senza ossi, usa un coltello ben affilato a lama liscia.

"Per dare alla tacchinella una foma raccolta, lega le zampe tra loro e fissa le ali contro il corpo con qualche giro di spago".

CONTORNO RUSTICO

Cavolini di Bruxelles schiacciati e gratinati

Per 6 persone
Preparazione 20 minuti
Cottura 25 minuti

1 kg di cavolini di Bruxelles - 80 g di grana padano Dop grattugiato - 80 g di Gruyère grattugiato - 2 cucchiai di mandorle a filetti - timo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero in grani

Pulisci i cavolini e lessali per 15 minuti in abbondante acqua bollente salata.
Intanto, miscela i formaggi con le mandorle. Pesta 1 cucchiaio di pepe nero (mettilo tra 2 fogli di carta da cucina per non farlo rotolare) e mescolalo in una ciotola con 6 cucchiai di olio e abbondanti foglie di timo.
Scola gli ortaggi, ferma la cottura immergendoli in acqua fredda e sgocciolali su carta da cucina. Versali nella ciotola con il condimento e muovili in modo che ne siano ben ricoperti. Disponili su una placca foderata con carta da forno e schiacciali con il fondo di un bicchiere. Cospargili con il mix di formaggio e mandorle e cuocili in forno caldo a 180° per 10 minuti.

"Se la mostarda mantovana che hai acquistato è a fette, sminuzzala per distribuirla meglio sulla carne. Per restare in tema, servi l'arrosto con mostarda di frutta cremonese".

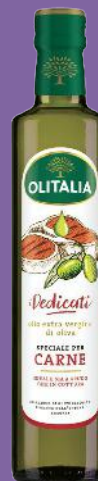
Cappone con mostarda

Preparazione 30 min.
Cottura 80 min.

Per 6 persone
800 g di petto di cappone spellato in una larga fetta (fallo preparare dal macellaio) - 100 g di pancetta dolce a fettine - 150 g di gorgonzola dolce - 100 g di nocciole - 3 cucchiai di mostarda mantovana di mele e zucca - 1 spicchio d'aglio - 1 mazzetto di timo - 1 rametto di salvia - 2 rametti di rosmarino - 1 bicchiere di vino bianco - brodo di pollo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Sala la carne, pepala e cospargila con un po' di foglioline di timo su ambo i lati. Tosta le nocciole in un padellino per qualche minuto e poi tritale grossolanamente. Schiaccia il gorgonzola con una forchetta e lavoralo a crema.
Spalma la mostarda mantovana sulla carne, poi aggiungi il gorgonzola e infine la granella di nocciole. Arrotola l'arrosto, avvolgilo con le fettine di pancetta, legalo con spago da cucina e infila dei rametti di timo sotto lo spago; fallo riposare a temperatura ambiente per 30 minuti.
Scalda 2 cucchiai di olio in un tegame, unisci le erbe rimaste e l'aglio non spellato e schiacciato, aggiungi il rotolo di carne e rosolalo per 10 minuti girandolo su tutti i lati. Sfuma con il vino, bagna con un mestolino di brodo caldo, copri e prosegui la cottura a fuoco dolce per circa 1 ora: se il fondo si asciuga troppo, aggiungi un po' di brodo. Alla fine, scopri il tegame e fai ridurre il condimento in modo che si addensi un poco. Preleva la carne, filtra il fondo e utilizzalo per nappare l'arrosto affettato.

non un OLIO *QUALSIASI*

Per cucinare la carne occorre sicuramente un extravergine con un buon equilibrio gustativo, che nobiliti il piatto dandogli carattere, senza però coprire il sapore dei vari ingredienti. Ne è un esempio l'extravergine Speciale per carne, con un'aromaticità bilanciata, che si mantiene bene anche in cottura (linea I Delicati, Olitalia, 500 ml, € 4,99).

provalo così

Se preferisci, puoi sostituire pere e cipollotti con 4-5 mele: sceglele acidule, come la Stark delicious o la Pink lady.
Se invece non gradisci il tocco dolce della frutta, puoi cucinare il cosciotto alla birra con patate (ed eventualmente carote). Fallo marinare con olio e aromi tritati per una notte. Poi rosolalo, salalo, pepalo e bagnalo con un bicchiere di birra. Cuocilo in forno a 180° per 40 minuti con sopra un foglio di alluminio (se il fondo si asciuga, unisci brodo). Aggiungi le vedure a pezzetti e prosegui la cottura per 40 minuti senza alluminio.

Cosciotto con pere allo zafferano

Per 4 persone
1 cosciotto di tacchino (sovracoscia + coscia) disossato (1,5 kg circa) - 6 pere piccole - 4 cipollotti - 3 cucchiai di granella di pistacchi - 2 bustine di zafferano - 5 foglie d'alloro - 1 spicchio d'aglio - 2,5 dl di brodo vegetale - 50 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Pulisci i cipollotti e tagliali in quarti. Sbuccia le pere, privale del torsolo e riduci ognuna in 4 spicchi. Strofina il cosciotto con l'aglio spellato e tagliato a metà, disponilo in una teglia da forno con 3 cucchiai d'olio e il burro e rosolalo a fuoco medio girandolo su tutti i lati. Bagna con il brodo (tenendone da parte 1/2 bicchiere), unisci l'alloro, sale e pepe.
Cuoci la carne in forno caldo a 180° per 40 minuti bagnandola di tanto in tanto con il fondo di cottura e avendo cura di girare il cosciotto almeno un paio di volte.
Stempera lo zafferano nel brodo tenuto da parte e versa il liquido sul cosciotto. Unisci le pere e i cipollotti e prosegui la cottura per 30 minuti. Servi l'arrosto a fette nappate con il fondo di cottura e con accanto pere e cipollotti cosparsi con la granella di pistacchi.

"Per una salsa più densa, preleva una parte di cipollotti e pere e frullali. Poi mescolali con quelli interi per uniformare il sugo".

"Quando frulli il fondo di cottura, aggiungi il burro ben freddo: grazie allo choc termico, otterrai un intingolo molto cremoso".

Cappone alla melagrana

Per 6 persone
1 cappone pulito e tagliato a pezzi - 2 melagrane - 1 cipolla rossa di Tropea - 2 scalogni - 3 bacche di ginepro - 2 cucchiaini di pepe rosa - 1 dl di vino bianco - olio extravergine d'oliva - 25 g di burro - sale

Taglia a metà le melagrane, sgrana una metà e ricava il succo delle altre con lo spremiagrumi. Filtralo e mescolalo in una grande ciotola con il vino, 1 cucchiaino di pepe rosa e le bacche di ginepro pestate. Aggiungi il cappone, giralo nella marinata e metti in frigo per 2-3 ore.
Sgocciola la carne, filtra la marinata e tienila da parte. Scalda 2-3 cucchiai di olio con metà del burro in una casseruola. Aggiungi i pezzi di cappone e rosolali 2 minuti per parte a fuoco medio-basso. Poi prelevali e metti al loro posto la cipolla e gli scalogni spellati e tagliati a fettine. Quando saranno morbidi e lucenti, unisci di nuovo il cappone, sala e irrora con 1 mestolino di marinata.
Metti il coperchio e cuoci per 50 minuti, sempre a fuoco medio-basso, irrorando di tanto in tanto con altri mestolini di marinata, in modo da mantenere la preparazione sempre ben idratata. Togli il coperchio, regola di sale e prosegui la cottura per altri 5 minuti. Sgocciola il cappone e tienilo in caldo. Versa il fondo nel mixer e frullalo con il burro rimasto. Disponi il cappone in un piatto da portata, irroralo con la salsa e guarniscilo con i chicchi di melagrana tenuti da parte e il pepe rosa rimasto.

corone DI PANE

Queste composizioni gastronomiche, eleganti e scenografiche, sono ideali per le cene del periodo natalizio. Perfette come centrotavola, sono una vera festa per gli occhi e per il palato

A CURA DI **F. TAGLIABUE** RICETTE DI **D. MALAVASI** FOTO DI **S. FEDRIZZI**

3

1 Doppia corona di panini al pesto di mandorle e spinaci

500 g di farina 0 + quella per la spianatoia - 15 g di lievito di birra fresco - 100 g di spinacini da insalata - 50 g di mandorle spellate - 1/2 spicchio di aglio - 30 g di pecorino dolce - 5 g di zucchero - erbe di Provenza essiccate - latte - olio extravergine di oliva - sale

Impasta per 1 minuto la farina con lo zucchero, il lievito sbriciolato, 20 ml di olio e 3 dl di acqua tiepida, unisci 12 g di sale e lavora l'impasto per 10 minuti fino ad avere un panetto omogeneo. Mettilo in una ciotola oliata, coprila e fai lievitare in luogo tiepido per 2 ore. Lava gli spinaci e asciugali bene. Trita nel mixer l'aglio, le mandorle, il pecorino, gli spinaci e poco sale, unendo l'olio necessario per avere un pesto denso che terrai da parte.
Sgonfia la pasta sul piano di lavoro infarinato; ricavane 12 palline di 40 g e 12 di 25 g. Fodera la placca con carta da forno. Sistema le palline grandi in un cerchio largo, lasciando 5 mm di spazio tra loro. Modella quelle piccole, schiaccia un'estremità e con loro crea un cerchio all'interno delle grandi, tra cui metterai poco pesto. Fai lievitare per 30 minuti.
Spennella la superficie delle palline con il latte e spolverizza quelle grandi con le erbe. Inforna la corona a 180° per 35 minuti; servila tiepida.

2 Ghirlanda allo zafferano, parmigiano e semi di sesamo

400 g di farina 0 + quella per la spianatoia - 120 g di burro morbido - 20 g di lievito di birra fresco - latte - 1 uovo - 1 g di zafferano in polvere - 100 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - 2 cucchiai di semi di sesamo neri - 1 cucchiaino di zucchero - sale

Sciogli 80 g di burro a bagnomaria, fallo intiepidire, unisci 250 ml di latte e lo zafferano e versa in un'ampia ciotola dove avrai sbriciolato il lievito; mescola fino a quando si sarà sciolto. Unisci lo zucchero, 1 pizzico di sale, la farina setacciata e lavora il composto per 10 minuti a piene mani fino ad avere un impasto morbido ed elastico. Copri con pellicola e fai lievitare in un luogo tiepido fino al raddoppio del volume (90 minuti).
Stendi l'impasto sul piano infarinato; forma un rettangolo di 55x25 cm e spalmalo con il burro rimasto lavorato con poco sale, lasciando 2 cm di bordo vuoti ai lati; spolverizza con il sesamo e il formaggio. Arrotola stretto il rettangolo dal lato lungo, sigilla le estremità e taglialo a metà per la lunghezza. Intreccia i 1/2 rotoli, unisci le estremità a formare la corona.
Sposta delicatamente la ghirlanda sulla placca foderata di carta da forno, coprila con un telo e falla lievitare per 50 minuti in luogo tiepido, poi lucidala con l'uovo sbattuto con 2 cucchiai di latte e poco sale e cuocila nella parte bassa del forno caldo a 200° per 18 minuti, finché sarà ben dorata. Sfornala e falla intiepidire sulla gratella.

3 Corona sfogliata al burro di erbe

350 g di farina 0 - 1 bustina di lievito di birra fresco - 10 g di zucchero - erbe miste (prezzemolo, timo) - 1 spicchio di aglio spellato - burro - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Mescola lo zucchero al lievito e unisci 1 tazza scarsa di acqua tiepida; fai riposare per 10 minuti finché sarà spumoso. Trita le erbe con l'aglio. Forma la fontana con la farina, il trito e 5 g di sale in un'ampia ciotola, versaci la miscela lievitata e 10 ml di olio. Amalgama il tutto, versalo sulla spianatoia infarinata e lavora a piene mani per 15 minuti, incorporando la farina poca per volta, fino a realizzare un impasto liscio, morbido ed elastico, poco appiccicoso. Fai lievitare per 1 ora nella ciotola oliata, coperto, in luogo tiepido fino al raddoppio del volume.
Stendi la pasta a 0,5 cm sul piano e ricava tanti rettangoli di 2,5x5 cm. Sistemali a corona sulla placca fodarata con carta da forno; spennella la corona con burro fuso. Cuocila in forno già caldo a 210° per 35-40 minuti o fino a quando sarà ben cotta, gonfia e dorata.

DI **SILVIA BOMBELLI**

Prosecco di Valdobbiadene Docg

Piacevole, conviviale e raffinato si vinifica solo nell'omonima zona di produzione: 15 comuni nella **provincia di Treviso** dove il Prosecco vanta almeno tre secoli di storia. Il terreno presenta caratteristiche così particolari da rendere impossibile realizzare un vino simile anche solo pochi chilometri più in là. Infatti, nel 2009 a questo Prosecco è stata riconosciuta la **denominazione Docg** (per distinguerlo dalla Doc) con rigido disciplinare di produzione dedicato. Le vigne inerpicate sui colli a 100-500 metri impongono la **raccolta manuale**, più accurata e delicata di quella meccanica, che preserva tutti i profumi dell'uva Glera esaltati nel calice dal perlage fine e persistente. Il Prosecco si beve giovane e fresco (6-10°). Secondo il residuo zuccherino, si sposa bene con piatti importanti di pesce crudo e cotto, crostacei e primi leggeri (extra Brut). L'extra Dry, invece, è un vino a tutto pasto perfetto anche come aperitivo.

ZONA DI PRODUZIONE

Accarezzate da correnti mitigate, grazie alla posizione felice tra Prealpi e mare, le belle colline del Prosecco (Patrimonio Unesco) vantano una temperatura media di ben 12,3°, perfetta per la vite.

PRENDI NOTA

GLI AROMI

Per questo vino si usa uva Glera, minimo all'85% con aggiunta di altre tre varietà locali. Dopo la spremitura soffice e la rimozione di bucce e residui, al mosto vengono aggiunti lieviti selezionati. La presa di spuma avviene in autoclave a temperatura controllata.

ARAGOSTE con VERDURINE

Immergi 4 **aragoste** (400 g l'una) in una pentola di acqua bollente salata, cuocile coperte per 3 minuti e sgocciolale. Pulisci e spunta 1 **carota** e 2 **zucchine**. Taglia carota, zucchine e 200 g di **zucca** a listarelle sottili. Elimina la crosta dalle fette di 80 g di **pan carré**, frullalo e tostalo per 2-3 minuti in un padellino antiaderente. Unisci la scorza grattugiata di 1 **limone** non trattato e metà del succo, 1 ciuffo di **prezzemolo** tritato con 1 spicchio d'**aglio**, 20 g di **parmigiano reggiano**, **sale** e **pepe**. Distribuisci il mix sulle aragoste tagliate a metà nel senso della lunghezza, condisci con un filo d'**olio** e disponile sulla placca foderata con carta da forno. Cuoci a 180° in forno già caldo per 15 minuti. Friggi le verdurine nell'olio bollente per 1-2 minuti, sgocciolale su carta da cucina, salale e servile con le aragoste.

FOTO DI SONIA FEDRIZZI

In un mondo wireless,
giusto un filo

di olio nuovo

Dall'antico Frantoio di Santa Téa
è arrivato l'olio nuovo.
Come ogni anno dal 1585 il
nostro modo di guardare al futuro.

GONNELLI 1585

www.gonnelli1585.it

DI PAOLA MANCUSO

carne macinata

È l'ingrediente base di moltissime preparazioni: morbide polpette, hamburger succosi, saporiti ragù.
Vale la pena scegliere **tagli interi**, farli macinare al momento e consumarli possibilmente in giornata, perché la carne tritata, per via del maggiore contatto con l'aria, si ossida facilmente ed è più esposta all'attacco di batteri. Quali tagli scegliere? Con l'eccezione delle **tartare** di manzo o vitello (di solito fatte con filetto, noce o scamone), non è necessario scegliere quelli pregiati. Anzi, i più adatti sono i cosiddetti tagli di seconda o terza categoria, economici perché caratterizzati da polpa venata dalla giusta quantità di grasso e ricchi di cartilagini che, sciogliendosi in cottura, regalano alle preparazioni una gradevolissima **morbidezza** e sapore più intenso.

di vitello

Il macinato di primo taglio, cioè di maggior qualità, generalmente viene ricavato dalla punta di petto, mediamente grassa. Va bene anche il reale, che fa parte del collo, morbido e succoso per via del giusto mix tra polpa magra e grasso.

di manzo

Sono ottimi i ritagli di fesone di spalla; tra i tagli di terza categoria, vanno bene la spuntatura di lombo (ricavata dalla parte anteriore della coscia), il collo e la pancia, piuttosto grassa.

di maiale

È adatto il muscolo di spalla. Per rendere più gustoso il ragù può essere mescolato a pancetta fresca macinata, molto saporita.

MAURO PADULA

SOFFICI hamburger

Per ottenere hamburger morbidi e saporiti, aggiungi alla carne macinata, anche mista tra manzo e maiale, poco meno dello stesso peso di patate lessate e fatte passare attraverso lo schiacciapatate. Sala, pepa, profuma con prezzemolo tritato o altre erbe a piacere e amalgama bene. Forma gli hamburger, compattali bene (in commercio trovi appositi attrezzini) e cuocili sulla piastra o nel forno già caldo a 180° per circa 10 minuti per parte.

PRENDI NOTA polpettone PERFETTO

Per ottenere fette ben compatte che non si sfaldano al taglio, è preferibile utilizzare carni macinate piuttosto finemente. Se non possiedi un tritacarne, falle preparare dal macellaio: se usi il mixer, rischi di ossidare la carne e di spappolarne le fibre.

Tagliatelle al ragù con uvetta e noci

Preparazione **10 minuti**
Cottura **25 minuti**
Dosi per **4 persone**

500 g di tagliatelle fresche - 300 g di polpa di manzo macinata - 300 g di polpa di maiale macinata - 20 gherigli di noce - 2 cucchiai di uvetta - 150 g di verdure per soffritto surgelate - 1 bicchiere di vino bianco - 80 g di concentrato di pomodoro - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Rosola il soffritto surgelato nella padella con un filo d'olio, poi aggiungi i due tipi di carne macinata e mescola per amalgamare. Quando il tutto sarà dorato, bagna con il vino e lascialo evaporare. Unisci il concentrato diluito in 1 bicchiere d'acqua, sale e pepe. Cuoci per circa 20 minuti a fuoco medio.

Metti a bagno l'uvetta in una ciotolina d'acqua tiepida. Dopo 10 minuti di ammollo, sgocciolala con un colino e allargala ad asciugare su più fogli di carta da cucina stesi sul piano di lavoro. Trita grossolanamente i gherigli di noce nel bicchiere del mixer. Intanto, porta a ebollizione una pentola con abbondante acqua e salala.

Immergi le tagliatelle nell'acqua bollente, alza la fiamma e cuocile al dente. Scolale, tenendo da parte 2-3 cucchiai dell'acqua di cottura, trasferiscile subito nella padella con il ragù preparato e falle saltare per 1-2 minuti, aggiungendo l'acqua di cottura tenuta da parte, se necessario. Completa con le noci e l'uvetta e servi subito.

la ricetta in più

Polpettone fasciato allo speck

Per 4 persone
Preparazione 15 minuti
Cottura 1 ora e 10 minuti

4 carciofi - 200 g di carne di vitello macinata - 200 g di carne di maiale macinata - 120 g di speck a fette - 100 g di mortadella - 1 uovo - 40 g di mollica di pane fresca - 1/2 dl di latte - 1 limone - 1/2 cipolla - 1 cucchiaio di prezzemolo tritato - olio extravergine di oliva - sale

Pulisci i carciofi, privali dei gambi e delle foglie esterne più dure, tagliali a spicchietti e immergili in una ciotola d'acqua acidulata con il succo del limone. Spella la cipolla, tritala e falla soffriggere in una padella con 4 cucchiai d'olio. Unisci i carciofi sgocciolati, un pizzico di sale e cuoci coperto e su fiamma bassa per 20 minuti. Quindi, aggiungi il prezzemolo e spegni.
Bagna la mollica con il latte, passala al mixer con la carne macinata, la mortadella, l'uovo, metà dei carciofi cotti con la cipolla e un pizzico di sale.
Fodera con le fette di speck uno stampo da plum cake di 22x8 cm e riempilo con 1/3 del composto preparato. Prosegui con uno strato dei carciofi rimasti e ripeti gli strati terminando con il mix di carne. Ripiega le fette di speck sul polpettone e cuocilo nel forno già caldo a 180° per circa 45 minuti.

DI **MONICA PILOTTO**

idee regalo

Accanto ai fornelli

Puoi servirti del leggio in faggio naturale o in noce, richiudibile e regolabile in altezza, per sfogliare Giallo Zafferano alla ricerca del piatto giusto da preparare (**Foppapedretti**, € 59).

Mise en place

Dai stile alla tavola di Natale! Scegli il sottopiatto smerlato, in polipropilene, nel delicato color champagne, capace di dare risalto a qualsiasi servizio di piatti (4 pezzi, diam. cm 33, € 21); servi a tavola stuzzichini o dolcetti sul piatto da portata in porcellana, dal festoso bordo rosso ondulato (diam. cm 30, € 18,90). **Brandani**

Dolci sorprese

È già pronto per essere messo sotto l'albero l'Happy Snack Sacchetto in feltro rosso, proposto con due motivi diversi, che contiene tanti dolcetti sfiziosi (**Kinder**, € 6,99).

Bella anche in tavola

Hai già scelto sul nostro giornale un piatto da preparare in forno per il grande pranzo di festa? Chiedi in regalo la lasagnera, perfetta per tutte le cotture in forno e per il servizio in tavola. In acciaio inox, lucido all'esterno e satinato all'interno, ha coperchio in legno di ciliegio e acciaio che puoi usare anche come base d'appoggio (**Lagostina**, cm 35x22, € 209,90).

Per veri intenditori

Per celebrare il Natale alla "maniera napoletana" **Voiello** ha fatto sintesi tra tradizione, scaramanzia e piacere per la tavola e ha creato la gift box La Scaramantica in limited edition. Al suo interno: i Paccheri Fortunati 91; 4 piatti in porcellana; 13 cartelle per la tombola con ricette di Antonino Cannavacciuolo (€ 59,90).

Solo o nei cocktail

Vincitore al World Gin Awards 2020 come miglior Gin Italiano-Contemporary Style, Emporia Gin mescola l'acqua del Mar Tirreno all'essenza di bacche di Ginepro Fenicio e a estratti vegetali del Mediterraneo (**Caffo**, € 36,89 su Caffo Store).

Sarunè, Asti Secco Docg

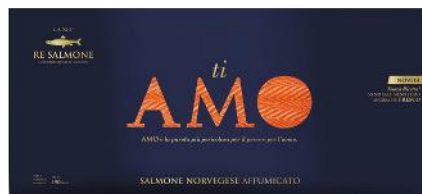
Per i brindisi di Natale ecco il primo Asti Secco senza solfiti aggiunti, grazie a un grande lavoro in vigna e in cantina. Al naso presenta note floreali e fruttate di agrumi, in bocca è secco ed equilibrato (**Toso**, € 7,70).

Un anno da buongustai
Ogni mese trovi oltre 100 ricette, da quelle più semplici e veloci a quelle un po' più elaborate. Tutte per palati fini. Abbonati a **Giallo Zafferano** (da € 13,50 + spese su www.abbonamenti.it/gzdono)

A tutta pasta
Per pranzo o a cena la pasta fresca è protagonista dei piatti natalizi della tradizione. Via libera a lasagne, tagliolini e fettuccine da preparare in casa in un battibaleno con la macchina Atlas 150 e i suoi 12 accessori, su richiesta, per altri formati (**Marcato**, € 100,90).

Per le occasioni speciali
Vesti la tavola con la tovaglia che sfoggia i colori e i motivi classici del Natale: della linea Metallizzata, è in puro cotone, proposta in 4 varianti colore e due misure (da cm 140x180, € 18,90), da coordinare ai canovacci (2 pezzi, cm 50x70, € 6,90). **Bella Vita**

Una fetta tira l'altra
Preparato con ingredienti biologici di alta qualità, il Dolce di Natale di farro con gocce di cioccolato è realizzato senza lievito di birra e senza ingredienti di origine animale (**Baule Volante**, 500 g, € 10,90).

Dedicato ai veri gourmet
Premiato per il sapore delicato, per la freschezza e per l'alta qualità, Re Salmone è lavorato senza l'uso di coloranti e additivi, ha ridotto contenuto di sale e l'affumicatura tradizionale avviene su fuoco di legna (**La Nef**, 300 g, € 8,90).

Degustazione di rossi maturi
Prima di servire un vino rosso molto invecchiato, versalo delicatamente nel decanter così i sedimenti che si creano con il passare del tempo si depositano sul fondo e il vino rimasto a lungo in bottiglia sprigionerà tutti i suoi profumi. Il decanter, dal collo lungo e pancia larga, non sfigura certo sulla tavola. Questo è in vetro cristallino (**Tescoma**, capacità 1,5 l, cm 26h, € 19,90).

Uvaggio Storico
Ritorna alle tradizioni questo Prosecco Superiore che alla Glera, vitigno tipico del Prosecco, combina uve rare autoctone dei colli di Valdobbiadene: Verdiso, Perera e Bianchetta Trevigiana (**Val d'Oca**, € 9,90).

Maximilian I
È uno spumante Brut da uve Müller Thurgau e Durella, ideale a tutto pasto grazie al gusto secco e pieno o servito come aperitivo con salumi e formaggi (**Cantina di Soave**, € 3,99).

Amore per l'arte
Arte pasticcera e arte pittorica celebrano Raffaello e i 500 anni dalla sua morte con il panettone classico nella scatola in latta che raffigura "Lo Sposalizio della Vergine". All'interno, un libro delle opere di Raffaello e 6 coupon di sconto per l'entrata alle pinacoteche milanesi fino a giugno 2021 (**Giovanni Cova & C.**, 1 kg, € 21).

Per un Natale più dolce e più sereno

Il Natale del 2020 non sarà un Natale come tutti gli altri. Mai come quest'anno avremo bisogno di più dolcezza, di pensieri affettuosi per esprimere vicinanza e calore, di parole e gesti, anche semplici, che sappiano trasmettere il senso dell'amicizia e della solidarietà. In queste pagine alcuni validi indirizzi per doni ispirati al versatile mondo dei sapori più esclusivi: finissima cioccolateria, pregiate miscele di caffè, panettoni dal gusto unico, mandorlati e biscotti della tradizione...

Infermentum

Bontà che sanno di felicità

Nata dalla passione per il lievito madre di quattro amici, Infermentum evolve le dolci ricette della tradizione veronese. In primo piano il Panettone Fichi Mele e Noci, morbida e croccante esperienza dal sapore rustico.
Per avere uno sconto sugli acquisti nel sito online utilizzate il codice F3CC5706.

Stallavena (VR) - Via Nicolò Copernico, 38
Tel. 338 7025550
www.infermentum.it -

Bazzara Caffè

Per amanti del caffè gourmet

Dodicigrancru, luxury blend Bazzara, è un capolavoro di equilibrio fra dodici delle origini Arabica più pregiate al mondo.
Un caffè straordinario dalle note di fragranze floreali che regala piacevoli sensazioni esotiche.
Perfetto per preparazioni moka, è ottimo anche per l'estrazione french press.

Trieste - Via Cesare Battisti, 1
Tel. 040 767849
shop.bazzara.it -

M.G. Biscotteria Veneziana

Grandi specialità veneziane

M.G. Biscotteria Veneziana, erede dell'esperienza di Carmelina Palmisano, ha conquistato con la sua pasticceria i mercati italiani ed esteri. Rinomatissima nel Veneto e a Venezia, produce biscotti della tradizione frutto di antiche lavorazioni artigianali.
Tra le proposte natalizie la tipica focaccia veneziana.

Focaccia Veneziana 900gr

Jesolo (VE) - Via E. Bugatti, 25
Tel. 0421 350080
www.biscotteriaveneziana.it -

Luchino Cioccolateria

Cioccolato, piacere unico

Da Luchino Cioccolateria la tradizione cioccolatiera di Modica, città del cioccolato e patrimonio Unesco, va di pari passo con l'innovazione.
Qui il miglior cacao biologico del Perù si trasforma artigianalmente in un cioccolato pregiatissimo, unico al mondo. Una vera delizia in tante, gustose versioni.

Modica (RG) - Via Modica Sorda, 158
Tel. 0932 762581
www.luchinocioccolato.it -

Forno Battistini

Capolavori di autentica genuinità

I Battistini, simbolo di qualità e bontà da oltre 50 anni, sono i veri "biscotti della nonna", fragranti come appena sfornati.
Oggi, ai classici Froletti e Froletti Integrali, si aggiungono due nuovi biscotti con olio di semi di girasole alto oleico: uno senza zuccheri aggiunti per chi non rinuncia al gusto nonostante le particolari esigenze dietetiche e l'altro, goloso, con gocce di cioccolato.

Pegognaga (MN)
Via Martin Luther King, 18/20
Tel. 0376 558957
www.fornobattistini.it -

Martinucci Laboratory

Inimitabili dolcezze pugliesi

Shop Online
in tutta Italia 24/48 h

Azienda artigiana, Martinucci si distingue per la qualità, la tipicità e la continua ricerca di nuove esperienze di gusto. Nel concept store Martinucci Laboratory e nello shop online propone 11 varietà di panettoni con lievito madre tra cui il rinomato Gallipoli con cubetti di limone, pistilli di zafferano del Salento e mandorle tostate pugliesi da accompagnare al sapore unico della crema spalmabile artigianale Gallipoli.

Ci trovate a: shop.martinuccilaboratory.it/contatti/
Tel. 389 1047584 - www.martinuccilaboratory.it -

Garzotto Rocco & Figlio

Il Mandorlato di Cologna Veneta

Quest'anno la Garzotto Rocco & Figlio festeggia i 180 anni di produzione artigianale del suo celebre mandorlato. Una delizia conosciuta in tutto il mondo che continua a piacere per il sapore unico e la straordinaria qualità delle materie prime, frutto di una tradizione che si tramanda da quasi due secoli.
Il segreto? La lenta lavorazione e la qualità degli ingredienti, tutti rigorosamente italiani.

Cologna Veneta (VR) - 37044 - Via Piazza Garibaldi, 9
Tel. 0442 85162 - www.garzottorocco.com -

Insal'arte
OrtoRomi®

Radicchio Rosso di Treviso IGP

Il sapore della nostra terra,
il sapere delle nostre tradizioni.

Dietro al Radicchio Rosso di Treviso IGP c'è un mondo di tradizione e cultura che garantisce un prodotto unico e autentico. OrtoRomi conferma la solida collaborazione con il Consorzio di Tutela del Radicchio Rosso di Treviso IGP e del Radicchio Variegato di Castelfranco IGP, per la promozione e la difesa di questi preziosi fiori d'inverno.

ORTOROMI SOC. COOP. AGR. Via Piovega, 55 - 35010 Borgoricco (Pd) | Via Olmo, 34 - 84092 Bellizzi (Sa) www.ortoromi.it - www.insalarte.it

deofficina.com

veg PER TUTTI

Aurora

CUCINA VEGETARIANA CON GUSTO E CONTAMINAZIONI HIPSTER

Vellutata delle feste

Potrà mai un piatto del pranzo di Natale essere vegetariano, a base di rape e zucche e per giunta presentarsi sotto forma di zuppa? Sfida accettata! Ho vestito a festa le verdure, le ho innaffiate di vino Bordeaux e impreziosite con un crumble speciale. Et voilà, la vellutata delle feste è servita!

Fai la vellutata: lega un mazzetto composto da 5 foglie di **alloro** e 1 rametto di **rosmarino** con 1 **stecca di cannella.** Pela e taglia a fettine 1 radice piccola di **zenzero**, poi pulisci e taglia finemente 4 **scalogni** e riduci a tocchi 350 g di **rape rosse**, 250 g di **patate** e 250 g di **zucca delica.** In una pentola dal fondo spesso scalda qualche cucchiaio di **olio extravergine d'oliva**, fai soffriggere gli scalogni e lo zenzero, aggiungi il mazzetto di odori e poi le verdure. Lascia tostare qualche minuto girando spesso, sfuma con 1 bicchiere di **vino rosso** corposo (tipo Bordeaux), lascia evaporare fino a non sentire più l'odore dell'alcol e copri con acqua a filo, sala e continua a cuocere per 30 minuti. Elimina il mazzetto e frulla per ottenere una crema.
Fai il crumble: lavora velocemente 100 g di **burro** freddo con 200 g di **farina di farro**, 200 g di **castagne cotte** e sbriciolate, 50 g di **nocciole** tritate, un pizzico di **sale** e un ciuffetto di rosmarino tritato. Spargi il crumble su una teglia e cuoci in forno per 15 minuti a 180°, sforna e lascia raffreddare. Suddividi la vellutata nei piatti fondi e guarniscila con una cucchiaiata di **crème fraîche**, il crumble preparato, alcune bacche di **ribes** e alcuni ciuffetti di rosmarino.

FOTO DI MAURIZIO LODI

Un'idea da riutilizzare
Questo crumble è perfetto per impreziosire tutte le tue vellutate invernali ma non solo. Provalo anche sul tomino alla griglia, sul cavolo nero ripassato in padella o sul risotto alla zucca e non potrai più farne a meno!

"Se preferisci, puoi realizzare questa ricetta in una versione vegan effettuando solo pochi cambiamenti: impasta il crumble con il burro vegetale e sostituisci la crème fraîche con un filo di tahina o di pasta di nocciole. Vedrai, sarà buonissima anche per gli amici onnivori".

e in più...

auguri SFIZIOSISSIMI

Un invito ristretto prima che il Natale arrivi davvero? Una cena a buffet in cui ciascun invitato fa la sua parte? Per le serate informali che precedono le festività, ecco tre ricette ideali, da gustare con gli amici, in piedi o sul divano senza nemmeno bisogno di piatti e posate

A CURA DI **DANIELA FALSITTA** RICETTE DI **ALESSANDRA AVALLONE** FOTO DI **SONIA FEDRIZZI**

Baklava salata

Per 8 persone

1 rotolo di pasta fillo - 2 grosse cipolle - 1 porro grande - 300 g di polpa di zucca - 200 g di ceci già lessati - 1 mazzetto di cavolo nero - 200 g di quartirolo - 2 cucchiai di miele - sesamo nero e bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Monda il cavolo nero, fallo lessare per 15 minuti, scolalo, strizzalo e tritalo grossolanamente. Spella e affetta finemente le cipolle e il porro, soffriggili in 3 cucchiai d'olio, sala e lascia dorare. Aggiungi anche la zucca a dadini e i ceci, copri e fai cuocere per 10 minuti, quindi unisci il cavolo nero, sale, pepe e il quartirolo sbriciolato.
Sovrapponi 5 strati di pasta fillo, spennellando d'olio ogni strato. Rivesti una teglia con gli strati preparati e distribuiscici sopra il ripieno. Prepara altri 4 strati di pasta fillo unti d'olio come i precedenti, appoggiali sopra il ripieno e premi tutto con il palmo della mano.
Con un coltellino affilato incidi la pasta fillo per ottenere tante piccole losanghe, spennella la superficie di miele e cospargila di sesamo bianco e nero. Inforna a 180° per 30 minuti o fino a quando la superficie della bakalava sarà ben lucida e dorata. Sforna e lascia intiepidire prima di servire.

Non solo dolce

La baklava tradizionale è un dolcissimo dessert con frutta secca e miele tipico di Turchia, Paesi arabi e Balcani. Questa versione salata ne ripropone fedelmente la pasta, la superficie dorata di miele, il sesamo e il taglio a losanghe, ma si combina a una farcia salata, adatta ad aperitivi e antipasti.

Arancine al gorgonzola

Per 8 persone

300 g di riso Carnaroli - 1 piccola cipolla - brodo vegetale - 1 broccolo - 200 g di gorgonzola piccante - 30 g di grana padano Dop grattugiato - 2 cucchiai di uvetta - 2 uova - pangrattato - peperoncino dolce - olio extravergine d'oliva - olio per friggere

Dividi il broccolo in cimette, lessalo nel brodo vegetale, sgocciolalo e frullalo a crema. Spella e trita finemente la cipolla, soffriggila in una casseruola con 2 cucchiai d'olio extravergine, unisci il riso e tostalo nel condimento; portalo a cottura con il brodo vegetale e, quando sarà quasi pronto, aggiungi i broccoli e il grana. **Allarga il risotto su un vassoio** in modo che si raffreddi, quindi con le mani prepara tante arancine poco più grandi di una noce, mettendo al centro di ciascuna un dadino di gorgonzola e un acino di uvetta. **Richiudi le arancine** premendole bene, passale nelle uova sbattute e nel pagrattato e friggile in abbondante olio bollente, scolale quando saranno dorate su carta da cucina. Servile calde o riscaldate spolverizzandole con un pizzico di peperoncino.

Crostini di patate con ricotta, noci e mirtilli

Per 8 persone

3-4 patate dolci a polpa arancione, affusolate - 400 g di ricotta di pecora - 1 cipollotto - 50 g di gherigli di noci - mirtilli rossi essiccati - erba cipollina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Sbuccia le patate dolci e tagliale a rondelle alte 1 cm, spennellale leggermente d'olio e salale. Disponile in una teglia ben allineate e infornale a 200° finché saranno tenere e dorate. **Trasferiscile su un piatto di portata**, schiaccia la ricotta con la forchetta, condiscila con il cipollotto tritato finissimo, 1 cucchiaio di mirtilli rossi spezzettati e le noci tostate in padella e sbriciolate grossolanamente. **Con un piccolo porzionatore da gelato** metti una semisfera di ricotta su ogni rondella di patata, guarnisci con altri mirtilli rossi tritati e profuma con erba cipollina e pepe.

Preparazione 20 min.

Cottura 15 min.

Preparazione 1 ora

Cottura 25 min.

"Per sgranare facilmente la melagrana aprila, pratica 3-4 incisioni longitudinali, togli le calotte e ricava i chicchi, eliminando la pellicina gialla".

8 *primi di pasta* fresca PER NATALE

Sfiziose ricette veg che nutrono in modo sano e piacciono a tutti

A CURA DI **SILVIA TATOZZI**
RICETTE DI **CLAUDIA COMPAGNI**
FOTO DI **SONIA FEDRIZZI**

Fagottini ai cardi con arancia e melagrana

Per 4 persone
300 g di farina 00 - 3 uova - 1 kg di cardi - 1 limone - 1 rametto di salvia - 1 tuorlo - 40 g di grana padano grattugiato Dop - 1 arancia non trattata - 1 melagrana già sgranata - 40 g di burro - sale - pepe

Stacca le coste dei cardi, elimina le parti rovinate e i filamenti. Tagliale a tocchetti e mettile a bagno in acqua acidulata con il succo del limone. Scolale e cuocile in acqua bollente salata per 15 minuti; poi scolale e ripassale in padella per 5-6 minuti con 10 g di burro, sale, pepe e 2 foglie di salvia tritate. Lasciale raffreddare e frullale fino a ottenere una purea liscia e vellutata. Incorpora infine il grana grattugiato e il tuorlo e mescola.
Impasta la farina con le uova per almeno 10 minuti, forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e lascia riposare per 30 minuti. Stendi la pasta con l'apposita macchinetta fino alla penultima tacca e ricava dalle sfoglie tanti quadrati di 5 cm di lato. Disponi al centro di ognuno 1 cucchiaino del composto di cardi, chiudi i 4 angoli di pasta verso il centro, sopra il ripieno, e sigilla premendo con le dita. Cuoci i fagottini in abbondante acqua bollente salata.
Fai sciogliere intanto il burro rimasto in una padella con 10 foglie di salvia. Toglile quando iniziano a dorare e tienile da parte; unisci al condimento la scorza di 1/2 arancia grattugiata e il suo succo filtrato. Unisci i fagottini scolati al dente, le foglie di salvia, pepe; completa con una manciata di chicchi di melagrana servi.

Lasagnette con barbabietole

Per 4 persone
Preparazione 45 minuti
Cottura 30 minuti

500 g di farina 00 + quella per la lavorazione - 5 uova - 1 cardo gobbo di circa 600 g - 1 barbabietola cotta da 250 g - 2 bicchieri di latte - 1 limone - 8 acciughe sotto sale - 4 spicchi di aglio - 100 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale

Impasta la farina con le uova per circa 10 minuti; forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e fallo riposare per 30 minuti. Riprendi la pasta, dividila in piccole porzioni e stendile con l'apposita macchina in tante strisce di 1-2 mm di spessore e 3 cm di larghezza. Infarinale, quindi aiutandoti con una rotella dentellata, tagliale in pezzi lunghi 7 cm.
Monda il cardo, priva i gambi dei filamenti, tagliali a metà e trasferiscili in acqua acidulata con il succo del limone; poi lessali in 1 litro di acqua salata con il latte; sgocciolali e tagliali a tocchetti. In una padella fai sciogliere il burro con 5 cucchiai d'olio e l'aglio spellato e affettato; unisci le acciughe dissalate e diliscate e cuoci per 5 minuti. Aggiungi infine la barbabietola tagliata a cubetti e i cardi a tocchetti e falli saltare nella padella con il sugo.
Lessa le lasagne in abbondante acqua bollente salata per 2-3 minuti, scolale nella padella con il sugo preparato, mescola e servi.

"Puoi preparare le mezzelune qualche giorno prima e congelarle. Poi cuocile direttamente in acqua bollente salata senza scongelarle".

Mezzelune ai funghi con radicchio al vino

Per 4 persone
250 g di farina 00 - 50 g di semola rimacinata di grano duro - 3 uova - 1 tuorlo - 20 g di funghi porcini secchi - 1 scalogno - 1 rametto di timo - 2 rametti di maggiorana - 300 g di ricotta di pecora - 2 cespi di radicchio rosso tardivo - 50 ml di vino rosso - 30 g di parmigiano reggiano Dop - 30 g di burro - sale

Mescola i 2 tipi di farina e disponile a fontana sulla spianatoia. Sguscia al centro le 3 uova e sbattile con una forchetta incorporando man mano la farina. Impasta per 10 minuti, forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e lascia riposare per 30 minuti. Metti intanto a bagno i funghi secchi in acqua tiepida per 20 minuti, poi scolali tenendo da parte la loro acqua e filtrala con un colino.
Taglia i porcini a pezzetti e cuocili coperti in una padella per 10 minuti con 10 g di burro, lo scalogno spellato e tritato, una presa di sale e un mestolino della loro acqua tenuta da parte. Lascia evaporare il liquido rimasto su fiamma vivace, falli raffreddare e mescolali con la ricotta, il tuorlo e le foglie di timo e maggiorana tritate.
Stendi la pasta con l'apposita macchinetta fino alla penultima tacca e ricava dalle sfoglie tanti dischetti di 6 cm. Farciscili con 1 cucchiaino del composto di ricotta, chiudili a mezzaluna e sigilla i bordi. Monda il radicchio, taglialo a tocchetti e cuocilo in una padella con il burro rimasto e una presa di sale; sfuma con il vino e fai evaporare. Cuoci le mezzelune in acqua bollente salata, scolale al dente e condiscile con il radicchio preparato e il parmigiano reggiano ridotto in scagliette.

Pappardelle in giallo con pesto di pistacchi

Per 4 persone
200 g di farina 00 - 300 g di cavolo cimone - 2 uova - 2 bustine di zafferano in polvere - 80 g di granella di pistacchi - 40 g di pecorino romano - 1/2 cucchiaino d bacche di pepe rosa - 1 spicchio d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale

Disponi la farina a fontana sulla spianatoia, sguscia le uova in una ciotola, aggiungi lo zafferano e sbattile con una forchetta. Versale al centro della fontana e, con la forchetta, inizia a incorporare la farina dai bordi. Impasta poi per 10 minuti, forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e lascialo riposare per 30 minuti.
Frulla la granella di pistacchi nel mixer con il pecorino spezzettato, una presa di sale e 4 cucchiai di olio. Stendi la pasta con la macchinetta fino alla penultima tacca e ricava le pappardelle usando l'apposita trafila. Dividi il cavolo cimone in piccole cimette, tagliale a metà, lavale e cuocile in padella a fuoco vivo per 2-3 minuti con 2-3 cucchiai di olio, una presa di sale e lo spicchio d'aglio schiacciato, in modo che rimangano croccanti; poi elimina l'aglio.
Cuoci le pappardelle in una pentola con abbondante acqua bollente salata, diluisci il pesto con un mestolino di acqua di cottura. Scola la pasta al dente, condiscila con il pesto e le cimette di cavolo cimone e cospargi con le bacche di pepe rosa pestate.

"Puoi ottenere pappardelle dal bordo frastagliato tagliando la pasta a nastri di 2 cm di larghezza con una rotella dentellata".

Preparazione 1 ora

Cottura 20 min.

consigli utili

impasto *A REGOLA* d'arte

La pasta all'uovo va impastata a lungo, per circa 10 minuti, usando entrambe le mani e facendo peso con tutto il corpo. L'impasto sarà ben amalgamato quando sulla superficie appariranno piccole bolle d'aria.

3-4 MINUTI

È il tempo medio di cottura della pasta fresca all'uovo. Per evitare che si attacchi, ricordati di aggiungere 1 cucchiaino di olio nell'acqua di cottura.

DECORAZIONI E IMPASTI PERFETTI PER I **PASTICCIERI DI CASA**

Il nuovo dosatore rende magico il cacao

Il cacao amaro è da sempre un classico per impasti e decorazioni. L'innovazione arriva da Paneangeli, che ha ideato una nuova confezione con tappo dosatore per ogni occasione. Per aggiungere a un impasto il **Cacao Amaro Paneangeli** ti basta usare l'apertura più ampia. Se il tuo obiettivo è decorare il dessert, spolverando dai fori più piccoli ottieni un risultato impeccabile senza setaccio. Il pratico tubo ti consente di mantenere il cacao sempre fresco, evitando sprechi. Inoltre il Cacao Amaro Paneangeli è realizzato con materia prima certificata dal programma UTZ, che contribuisce allo sviluppo ecosostenibile, aiutando a migliorare le condizioni di lavoro e prestando attenzione all'ambiente. Scopri consigli e ricette su **paneangeli.it**

PANEANGELI

1 tubo da 75g
=
circa 3 impasti
+
tante spolverizzate

LA RICETTA

Crostata al cacao e frutti di bosco

INGREDIENTI PER 16 PORZIONI:
PER L'IMPASTO • **190 g farina bianca 00 • 30 g Cacao Amaro Paneangeli • 75 g Zucchero di canna al Velo Paneangeli • 2 cucchiaini di Estratto di Vaniglia in Bacca Paneangeli • 1 uovo • 125 g burro • mezza bustina di Lievito Pane degli Angeli • Ungiteglia Paneangeli**
PER LA FARCITURA • **3 fogli di Gelatina in Fogli Paneangeli • 300 g frutti di bosco a piacere • 25 g Zucchero di canna al Velo Paneangeli • Gocce di Cioccolato Paneangeli • 1 busta di Crema al gusto Cioccolato Paneangeli • 250 ml latte a temperatura ambiente**

Impasto: disponi la farina a montagnola, aggiungi zucchero di canna al velo, estratto di vaniglia, uovo, burro e Lievito Pane degli Angeli setacciato. Impasta il tutto fino a ottenere un panetto liscio. **Cuoricini:** stendi 100 g di impasto in una sfoglia spessa 1/2 cm e crea dei biscottini a cuore di varie grandezze; disponili su una teglia con carta da forno. Cuoci per 8-10 minuti nel forno preriscaldato (elettrico: 180°C, ventilato: 170°C, a gas: 190°C). **Cottura:** stendi l'impasto rimasto in una teglia rettangolare unta con l'ungiteglia, formando un bordo di 3 cm, bucherella il fondo e metti in frigorifero per 30 minuti. Cuoci per 30-35 minuti nel forno preriscaldato sempre alla stessa temperatura. **Farcitura:** versa in un pentolino 250 g di frutti di bosco con zucchero di canna al velo e cuoci a fuoco medio per circa 3-4 minuti. Aggiungi la gelatina ammollata per 10 minuti in acqua fredda e strizzata, distribuisci sul fondo torta raffreddato e sformato, cospargi con le gocce di cioccolato e poni in frigorifero. **Crema:** prepara la crema con il latte come riportato sulla confezione. Distribuisci la crema e decora con biscotti, gocce di cioccolato e frutta, metti in frigo per un'ora e gusta!

Tagliolini con fonduta e tartufo

Per 4 persone
Preparazione 60 minuti
Cottura 25 minuti

520 g di farina 00 + quella per infarinare - 3 uova - 6 tuorli - 150 g di fontina - 1 piccolo tartufo bianco - 100 ml di latte - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Disponi 500 g di farina a fontana sulla spianatoia, aggiungi le uova sgusciate, i tuorli, un pizzico di sale e 1 cucchiaio d'olio e inizia a impastare. Lavora gli ingredienti per 10 minuti fino a ottenere un panetto liscio e omogeneo, avvolgilo nella pellicola e fallo riposare per almeno 1 ora in frigo.
Stendi la pasta in sfoglie di 3-4 mm di spessore con la sfogliatrice e lasciale asciugare per 15-20 minuti sul piano infarinato. Quando saranno asciutte, ma non secche, arrotolale e tagliale a listarelle sottili aggiungendo la trafila alla macchina per la pasta. Amalgama la farina rimasta con il latte, un pizzico di sale e una macinata di pepe in una piccola casseruola a fuoco basso; unisci la fontina grattugiata e continua a mescolare con una frusta fino a quando il formaggio si sarà fuso completamente.
Lessa i tagliolini in abbondante acqua bollente salata, scolali lasciandoli un po' umidi e condiscili con la fonduta. Guarnisci con il tartufo a fettine sottilissime.

Preparazione 1 ora

Cottura 1 ora

"Scola le verdure sbollentate in un colino e schiacciale con il dorso di un cucchiaio in modo che perdano gran parte dell'acqua".

Lasagne al timo con porri, scarola e catalogna

Per 4 persone
300 g di farina 00 - 3 uova - 20 g di timo - 2 porri - 300 g di catalogna - 300 g di scarola - 200 g di crescenza - 200 ml di latte - 40 g di pecorino Fiore sardo - 100 ml di panna fresca - 30 g di burro - noce moscata - sale

Disponi la farina a fontana sulla spianatoia, sguscia le uova al centro, unisci il timo tritato finemente e sbattile con una forchetta incorporando man mano la farina. Impasta per 10 minuti, forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e lascia riposare per 30 minuti.
Pulisci i porri, elimina la base, la foglia esterna e la parte fibrosa delle foglie verdi, tagliali a metà, nel senso della lunghezza, e cuocili per 3 minuti in acqua bollente salata. Scolali e lasciali raffreddare. Monda la catalogna e la scarola, taglia la prima a tocchetti e la seconda a striscioline e sbollentale nella stessa acqua dei porri per 3-4 minuti. Scolale, lasciale raffreddare, strizzale, tritale grossolanamente e insaporiscile in padella con 20 g di burro e sale. Stendi la pasta con l'apposita macchinetta fino alla penultima tacca e taglia le sfoglie in rettangoli di circa 8x10 cm. Scottali in acqua bollente salata per 1 minuto, scolali e stendili su teli da cucina.
Frulla la crescenza con il latte, la panna, il pecorino e un pizzico di sale e noce moscata. Disponi uno strato di pasta sul fondo di una pirofila unta con il burro rimasto, disponici sopra qualche foglia di porro, cospargi con il mix di scarola e catalogna e nappalo con 3-4 cucchiai della crema al pecorino preparata. Ripeti gli strati fino a terminare gli ingredienti e informa le lasagne a 180° per circa 30 minuti.

uova SFOGLIA *GIALLA*

Chiamate così per il loro tuorlo dal colore giallo intenso, sono l'ingrediente indispensabile per preparare tagliatelle, tagliolini, lasagne e ravioli. Le uova grandi le Naturelle Sfoglia Gialla Selezione Cocodì provengono da galline allevate a terra, 100% italiane (Eurovo, confezione da 4, circa 1,19 €). Tirale fuori dal frigo 30 minuti prima di utilizzarle e sgusciale in una ciotola a parte per evitare che parti di guscio vadano nell'impasto.

VARIANTE con il radicchio

Taglia 3 cespi di radicchio rosso a listarelle e falle rosolare con 20 g di burro. Aggiungi 250 g di ricotta e 200 g di grana padano Dop, sale e pepe. Prepara i rettangoli di patate come nella ricetta qui accanto, farciscine metà con il ripieno e coprili con i quadrati rimasti. Fai imbiondire 1 scalogno tritato con un filo d'olio e 2 foglie di alloro. Aggiungi 200 g di fagioli cannellini sgocciolati e cuoci per 10 minuti; elimina l'alloro e frullali. Lessa i ravioli, servili sulla crema di fagioli e completa con un filo d'olio e pepe.

Tortelli di patate e carciofi

500 g di patate a pasta bianca di medie dimensioni - 60 g di farina 00 - 3 tuorli -6 carciofi - 1 scalogno - 1 limone - 1/2 bicchiere di vino bianco - 4 ciuffi di prezzemolo - 40 g di parmigiano reggiano Dop - 1 limone - una dozzina di pomodorini semisecchi sott'olio - 1 spicchio d'aglio - olioextravergine di oliva - sale grosso - sale - pepe

Lava e asciuga le patate, disponile in una teglia con il fondo rivestito di sale grosso e inforna a 170° per 1 ora. Sbucciale, riducile in purea con uno schiacciapatate e impastale con la farina e i tuorli. Avvolgi l'impasto nella pellicola e lascialo riposare per 30 minuti.
Pulisci intanto i carciofi eliminando le foglie esterne più dure, tagliali a fettine e mettile a bagno insieme ai gambi in acqua acidulata con il succo del limone. Spella e trita lo scalogno, fallo imbiondire con 4 cucchiai di olio, unisci le fettine di carciofo, sale e rosolale per 2-3 minuti. Sfuma con il vino e cuoci per 5 minuti; falli raffreddare e frullali con le foglie di prezzemolo, il parmigiano e pepe. Stendi l'impasto a uno spessore di 3 mm, ricava tanti quadrati da 6 cm, farciscine metà con il composto di carciofi e coprili con i quadrati rimasti. Premi i bordi per sigillare la pasta e incidili con i rebbi della forchetta.
Taglia i gambi dei carciofi a dadini molto piccoli e cuocili per 5 minuti con 4 cucchiai di olio, lo spicchio d'aglio spellato, i pomodorini scolati e 100 ml di acqua e cuoci per 5 minuti. Lessa i tortelli in acqua bollente salata, scolali e condiscili con il sugo preparato e pepe.

"Scola i tortelli con un mestolo forato per evitare che la pasta si rompa facendo fuoriuscire il ripieno".

"Per fermare la cottura, scola i rettangoli di pasta e tuffali subito in acqua fredda: riuscirai anche a maneggiarli meglio, senza scottarti".

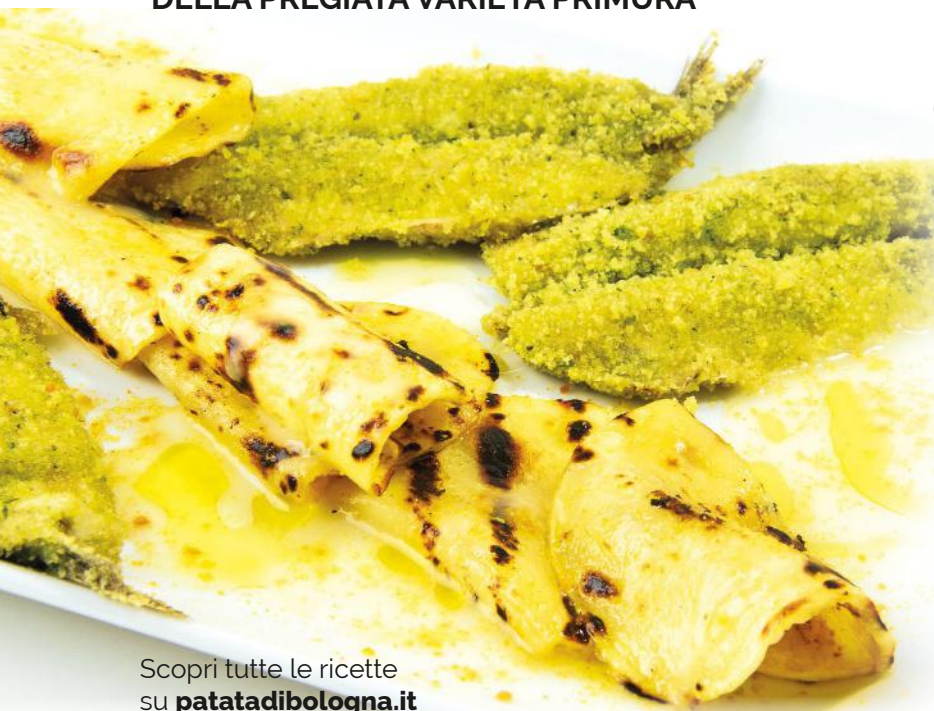
Cannelloni con belga, robiola, noci ed erbette

Per 4 persone
250 g di farina 00 - 50 g di semola rimacinata di grano duro - 3 uova - 4 grossi cespi di insalata belga - 800 g di erbette - 2 scalogni - 50 g di gherigli di noce - 200 g di robiola - 100 g di grana padano grattugiato Dop - 200 ml di panna fresca - 40 g di burro - 10 g di zucchero di canna - sale - pepe

Mescola i 2 tipi di farina con le uova e impasta per 8-10 minuti; forma un panetto, avvolgilo nella pellicola e lascia riposare per 30 minuti. Monda l'insalata belga, stacca le foglie esterne più grandi e falle caramellare in una padella con 30 g di burro e lo zucchero di canna; toglile e tienile da parte. Fai stufare nella stessa padella la belga rimasta, tagliata a metà, nel senso della lunghezza, per 5 minuti.
Sbollenta le erbette per 2 minuti. Scolale, lasciale raffreddare, strizzale e tritale; poi falle insaporire per 5 minuti in una padella con gli scalogni spellati e tritati e il burro rimasto. Fai raffreddare e incorpora la robiola, 50 g di grana, sale, pepe e i gherigli di noce tritati.
Stendi la pasta con la macchinetta fino alla penultima tacca e taglia le sfoglie in rettangoli da 10x8 cm. Scottali in acqua bollente salata per 1 minuto, scolali e stendili su teli puliti. Distribuisci la belga stufata sui rettangoli di pasta, copri con il composto di erbette e arrotola per formare dei cannelloni. Sistemali in una pirofila imburrata, nappali con la panna mescolata con il grana rimasto, guarnisci con la belga caramellata e inforna a 180° per 35'.

GialloZafferano per Consorzio di Tutela Patata di Bologna D.O.P.

RISOLVI OGNI SFIDA IN CUCINA, CON LA DOP di Bologna

IN OGNI SACCHETTO SOLO PATATE LOCALI DELLA PREGIATA VARIETÀ PRIMURA

Scopri tutte le ricette su **patatadibologna.it**

Proprio nel cuore d'Italia, nasce la Patata DOP di Bologna, la prima insignita del marchio DOP nel nostro Paese. La sua qualità viene dalla terra: ariosa, argillosa e priva di ristagni d'acqua. Per questo non è farinosa né soda, è priva di zuccheri e tiene in modo eccellente la cottura. Ciò che la rende davvero speciale è la sua versatilità in cucina. È gustosa al forno, rosolata, ma anche bollita in versione light. Validissima come contorno genuino e saziante, dà il meglio di sé in preparazioni come tortini, gnocchi, soufflé e frittate. Inoltre la sua buccia è sottilissima, così puoi cucinarla senza sbucciarla e mangiarla tutta senza sprechi. Ti stai chiedendo come riconoscerla? La Patata DOP di Bologna ha forma regolare ovoidale. Nel Sacchetto col Bollino DOP sono tutte della stessa varietà, con il vantaggio dello stesso tempo di cottura.

Patata di Bologna D.O.P. alla griglia con alici gratinate, con condimento di patata e bottarga di muggine.

INGREDIENTI PER 10 PERSONE:
Per le patate alla griglia: • 400 g di patate a fette di 5 mm • 5/6 foglie d'alloro • 10 g di sale dolce di Cervia • Olio EVO q.b. Per le alici gratinate: • 20 alici scelte grandi • 100 g di pane grattugiato • 10 g di olio EVO • 10 g di prezzemolo tritato • 10 g di rosmarino tritato Condimento: • 50 g di scalogno • 150 g di patata • 15 g di bottarga di muggine grattugiata • 3 g di paprika dolce • 50 g di olio EVO • 300 cl d'acqua

Griglia le patate: lascia le fette di patata in olio, sale e alloro per 30 minuti. Cuoci su una griglia ben calda da entrambi i lati. Inforna le alici: mixa il pane con gli altri ingredienti. Impana le alici e cuoci su una placca con carta da forno per 10 minuti a 170°C.
Prepara il condimento: passa in padella lo scalogno tritato, poi le patate a dadini, dopo qualche minuto copri con acqua fino a cottura delle patate. Fai raffreddare e frulla con bottarga, olio e paprika.
Impiatta: disponi le patate grigliate, le alici marinate e irrora con condimento alla bottarga. Guarnisci con misticanza.

A CURA DI **SILVIA BOMBELLI**

clementine

Questi piccoli e dolci agrumi del genere *Citrus clementina*, frutto di un felice incrocio tra mandarino e arancio amaro, sono state coltivate in Algeria a inizio Novecento dal frate missionario Clemente Rodier (da qui il loro nome). Maturano a fine autunno e si consumano fino a febbraio. Sono deliziose e molto "pratiche" perché poco acide, senza semi e facili da sbucciare grazie alla **sottile scorza liscia**. Si coltivano in tutto il bacino Mediterraneo e in Italia quelle dolcissime della Calabria e del Golfo di Taranto sono garantite dal marchio Igp. Oltre che per torte e pasticcini, sciroppi e marmellate, si usano crude a spicchi per dare un tocco dolce alle insalate o per spiedini con salame o provola piccante. In **mostarda, brasate o anche caramellate** si sposano bene con carni rosse e grandi pesci.

Sane e leggere

Contengono solo 37 calorie ogni 100 g. Ricche di vitamina C e A sono anche una buona fonte di potassio e bromo, un mix minerale riequilibrante e antistress.

ANCHE da bere

Lava 800 g di clementine non trattate, asciugale e preleva la sola parte arancione della scorza usando un pelapatate. Riuniscila in un vaso con 5 dl di alcol per liquori a 95° e fai riposare per 2 settimane, mescolando ogni 2 giorni. Scuoti ogni tanto il vaso e, quando possibile, tienilo al sole. Versa 5 dl di acqua in una casseruola, unisci 500 g di zucchero, porta a ebollizione e cuoci finché lo zucchero sarà sciolto. Fai raffreddare lo sciroppo, incorporalo all'alcol con le scorze e mescola. Filtra il liquore attraverso un colino a maglie fitte, versalo in una bottiglia, chiudi e fallo riposare al buio per un mese prima di servirlo.

PRENDI NOTA

PANURE aromatica

Per dare una sfumatura agrumata all'impanatura di carne e pesce aggiungi la scorza grattugiata di mezza clementina non trattata al pangrattato con sale, pepe ed erbe aromatiche. Darà un tocco asprigno sfizioso, meno pungente della scorza di limone.

Rotolo con spicchi caramellati

Preparazione **50 minuti + riposo**
Cottura **25 minuti**
Dosi per **6 persone**

800 g di clementine - 60 g di farina - 35 g di fecola di patate - 3 uova + 4 tuorli - 300 ml di panna fresca - 1 limone non trattato - 1 bicchierino di liquore all'arancia - 200 g di zucchero semolato - 3 cucchiai di zucchero a velo - sale

Spremi le clementine sufficienti a ottenere 3 dl di succo. Sbuccia quelle restanti. Con una frusta, monta i 4 tuorli con 60 g di zucchero semolato, unisci 15 g di fecola e 2 dl di succo di clementine a filo. Fai addensare su fiamma bassa. Per il biscuit sguscia le 3 uova separando tuorli e albumi. Monta i tuorli con 90 g di zucchero semolato e la scorza grattugiata di 1/2 limone.

Unisci la farina setacciata con la fecola rimasta e incorpora gli albumi montati a neve con un pizzico di sale. Fodera una placca con carta da forno, stendi il composto in un rettangolo spesso 8 mm e infornalo a 170° per 12 minuti. Sfornalo. Scalda il liquore con il succo di clementine rimasto e 1 cucchiaio di zucchero e spennella la bagna sulla pasta. Spalma sopra la crema e arrotola.

Fai raffreddare il rotolo, avvolgilo con alluminio e mettilo in frigo. Intanto fai caramellare lo zucchero rimasto a fuoco medio con 5-6 cucchiai di acqua e incorpora il succo di 1/2 limone. Intingi nel caramello gli spicchi di clementina e falli asciugare su carta forno. Monta la panna con lo zucchero a velo, spalmala sul rotolo e guarnisci con gli spicchi caramellati.

la ricetta in più

Trifle prêt-à-porter

Per 6 persone
Preparazione 30 minuti + riposo
Cottura 15 minuti

6 clementine non trattate - 120 g di pan di Spagna - 6 tuorli - 550 ml di latte - 100 g di amido di mais - 200 g di zucchero semolato - 25 g di zucchero di canna - 200 ml di panna fresca - 1 cucchiaio di zucchero a velo

Stempera l'amido di mais con 50 ml di latte e i tuorli. Scalda il latte rimasto, sciogliendovi lo zucchero semolato, poi versalo sul composto precedente. Metti sul fuoco a fiamma bassissima e fai addensare per 4-5 minuti, mescolando. Togli dal fuoco e fai raffreddare la crema a bagnomaria continuando a mescolare per evitare che si formi la pellicina in superficie. **Sciogli in un pentolino** lo zucchero di canna con il succo e la scorza grattugiata di 2 clementine ben lavate e 2 cucchiai di acqua. **Taglia il pan di Spagna** a striscioline e sistemale sul fondo di 6 barattoli o coppe; versavi lo sciroppo alle clementine, disponi contro le pareti le clementine rimaste a fettine e riempi con la crema. Metti in frigo a riposare per un'ora. Al momento di servire monta la panna con lo zucchero a velo e distribuiscila sulla crema.

ORTAGGI **superfood**

Patate, carote e cipolle aggiungono alle loro naturali virtù quelle **antiossidanti** e protettive del selenio

DI **P. MANCUSO** FOTO DI APERTURA DI **F. SCOCCIMARRO**

Secondo studi scientifici, l'assunzione di **selenio** nella dieta degli italiani è inferiore ai livelli consigliati (55 mcg al giorno, che salgono a 60-70 rispettivamente in caso di gravidanza e allattamento). Il suo contenuto nelle verdure dipende dalla concentrazione del minerale nel terreno, che in Italia e in Europa è praticamente assente.
Il **progetto Selenella** è iniziato vent'anni fa con l'intento di arricchire di selenio le patate con un sistema brevettato di concimazione, in modo da aggiungere al tubero, di per sé già ricco di **potassio**, **vitamine del gruppo B** e **folati**, anche buone quantità di selenio, facilmente assimilabili. Questo minerale è un **antiossidante naturale**, fondamentale per proteggere l'organismo a livello cardiaco ed epatico, contrastare infezioni e invecchiamento e mantenere il giusto livello di ormoni tiroidei. Il progetto Selenella ha poi affiancato alle patate la produzione di carote e cipolle al selenio, che così agisce in sinergia con gli altri potenti antiossidanti che contengono: **vitamine C, E**, beta-carotene, polifenoli e **luteina**. Quest'ultima sostanza, un carotenoide alleato della salute degli occhi, è presente anche nelle patate rosé. La produzione degli ortaggi Selenella è garantita dal Consorzio Patata Italiana di Qualità.

cipolla rossa

cipolla dorata

patata classica

patata rosé

carota

cipolla bianca

LA FILIERA

PRODUZIONE INTEGRATA

Il severo discilinare di produzione del Consorzio Patata Italiana di Qualità stabilisce che per tutte le coltivazioni si debba ricorrere alla produzione integrata, un sistema che limita al minimo l'utilizzo di prodotti chimici di sintesi (fertilizzanti e antiparassitari). La filiera, 100% italiana, controllata e certificata, è virtuosa anche in termini di sostenibilità ambientale: basso consumo di suolo, ridotto impatto di emissioni di CO_2 e limitato utilizzo delle risorse idriche.

CIPOLLE ROSSE, BIANCHE E DORATE
Tre tipologie per ogni utilizzo in cucina: le rosse, dolci e delicate, per le insalate; le bianche, di gusto pungente, ideali al forno o lessate; le gialle sono perfette nei soffritti. In vendita in reti da 750 g.

CAROTE
Dai terreni più vocati d'Italia, sono le prime carote al selenio. Molto versatili, sono adatte a tutte le preparazioni, sia a crudo che cotte. Vaschette da 600 g.

PATATA CLASSICA E ROSÉ
La classica è adatta a tutti gli usi: al forno, fritta, lessata, in purè. La rosé, particolarmente ricca di amido, è perfetta per gnocchi e fritture. In vendita in reti da 1,5, 2 e 2,5 kg.

per chi fa sport

Le patate Selenella sono ideali nella dieta degli sportivi: il selenio protegge dallo stress ossidativo, maggiore durante l'attività fisica; l'amido fornisce energia e viene assimilato velocemente; il potassio contribuisce a mantenere la funzione muscolare in buono stato.

alternativa GLUTEN FREE

Naturalmente prive di glutine, le patate sono tra gli alimenti più facilmente reperibili ed economici per chi soffre di celiachia o di intolleranze. Possono quindi essere consumate come valida alternativa a pane e pasta, rispetto ai quali sono meno caloriche e più ricche di vitamine e sali minerali.

200 g = 30% di selenio/dì

UNA MINIERA DI NUTRIENTI
Una porzione di patate Selenella (200 g a crudo) è fonte di selenio per circa 1/3 della dose giornaliera raccomandata. Inoltre, fornisce il 63% di vitamina B6, il 38% di vitamina C, il 35% di acido folico, il 31% di niacina (vitamina B3), il 57% di potassio e il 15% di magnesio.

LE COMPONENTI PRINCIPALI OGNI 100 G

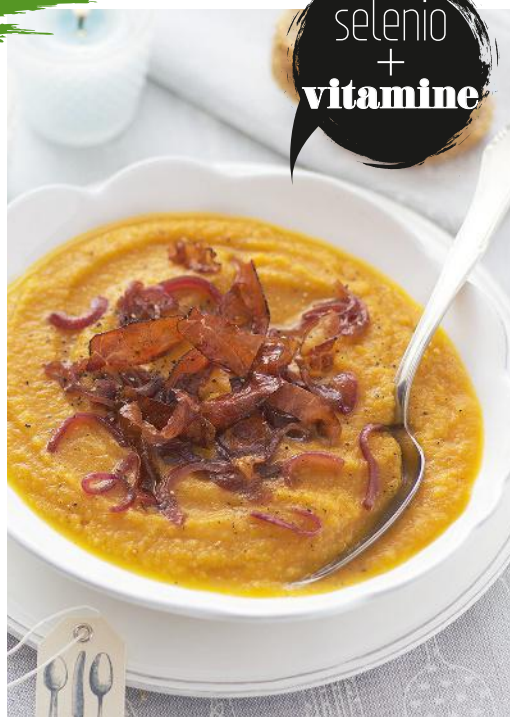
Le patate contengono il 40% in meno di calorie rispetto a pane o pasta (rispettivamente, 289 e 353 Kcal/100 g), pur apportando proteine, lipidi e fibre in quantità simili.

Calorie	Carboidrati	Fibre	Proteine	Lipidi
85 kcal	15,90 g	2,5 g	1,89 g	0,10 g

Patate rosé con porcini al forno

Per 4 persone

12 patate Selenella rosé delle stesse dimensioni - 4 funghi porcini - 1 mazzetto di timo e rosmarino - 100 g di burro - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Lava le patate, tuffale in una pentola di acqua bollente, lessale per 15 minuti e scolale. Lascia ammorbidire il burro, mescolalo con 1 cucchiaio di erbe tritate fini e mettilo in frigorifero. **Pulisci i funghi**, elimina la base terrosa, spazzolali delicatamente, passali con un telo umido e tagliali a fettine. Sbuccia le patate, e incidile con taglietti paralleli. **Fodera una placca** con un foglio di carta da forno e spennellalo d'olio. Sistemaci sopra le patate, inserisci qui e là nelle incisioni le fettine dei porcini, sala, pepa e cospargi sulla superficie il burro alle erbe preparato a fiocchetti. Cuoci nel forno già caldo a 200° per 30 minuti, spennellando ogni tanto con il fondo di cottura, finché le patate saranno ben cotte e dorate.

Vellutata di carote, cipolle e ceci

Per 4 persone

500 g di carote Selenella - 200 g di ceci lessati - 2 mele renetta - 1 litro di brodo vegetale - 1 foglia d'alloro - 100 g di cipolle rosse Selenella - aceto balsamico - 1 cucchiaino di zucchero di canna - 50 g di speck a fette - sale - pepe

Raschia le carote, lavale e tagliale a fettine. Elimina la pellicina che riveste i ceci. Sbuccia le mele e riducile a dadini. Scalda 3 cucchiai di brodo in una casseruola, unisci i 3 ingredienti e l'alloro, lasciali insaporire, poi versa il brodo bollente rimasto e cuoci parzialmente coperto per 20 minuti. **Intanto, spella le cipolle**, tagliale a fettine sottili e cuocile per 15 minuti in una padella con 2-3 cucchiai d'acqua, lo zucchero di canna, un pizzico di sale, pepe e 1 mestolino d'acqua calda. Unisci un po' di aceto balsamico e lascialo evaporare. **Taglia lo speck** a striscioline e falle rosolare in un padellino antiaderente senza condimenti, finché inizieranno a diventare croccanti. Elimina l'alloro dalla zuppa di verdure, frullala con il mixer a immersione, regola di sale e suddividi la vellutata in ciotole individuali. Guarnisci con le fettine di cipolla e di speck preparate e completa con una macinata di pepe.

Cipolle caramellate

Per 4 persone

8 cipolle bianche Selenella - 50 g di pancetta affumicata in 1 sola fetta - 50 g di mirtilli rossi secchi - 30 g di pangrattato grossolano - 8 noci sgusciate - 2 rametti di rosmarino - olio extravergine di oliva - sale - pepe

Spella le cipolle e lessale in acqua salata finché saranno morbide ma non disfatte. Lasciale raffreddare e tagliale a metà in senso longitudinale. **Trita la pancetta**, le noci, gli aghi di rosmarino, il cuore delle cipolle (le 2-3 foglie centrali) e i mirtilli rossi. Mescola il tutto, sala e pepa. **Spennella le barchette** di cipolla d'olio, riempile con il trito preparato e spolverizzale con il pangrattato. Disponile su una placca foderata con carta da forno e cuocile nel forno già caldo a 200° per 10 minuti circa. Servile calde o tiepide.

La Ricetta
CHE RIVOLUZIONA LA TUA IDEA DI BONTÀ

PRONTA IN 15 MINUTI

Con Nuova Terra basta un quarto d'ora per goderti i migliori piatti a base di cereali e legumi tutte le volte che vuoi: non devi fare altro che versare in pentola, aggiungere acqua e cuocere per pochi minuti. Scegli tra ricette bilanciate, piatti gourmet e sapori della tradizione italiana e fatti sorprendere da perfette sintonie di gusto!

14 Ricette tutte da provare!

NUOVA TERRA
PRONTA IN 15'
voglio RISCOPRIRE
MINESTRA DI CECI
AL PROFUMO DI ROSMARINO
Un piatto cremosissimo e goloso
INGREDIENTI 100% NATURALI
SENZA COLORANTI, CONSERVANTI E GLUTAMMATO

Acquistale anche sul nostro e-commerce
www.nuovaterra.net

DI SILVIA TATOZZI

DÉCO NOËL

è qui LA FESTA!

È iniziato il contro alla rovescia... Basta un po' di fantasia e pochi utensili "rubati in cucina" per creare originali addobbi per decorare l'albero e vestire la casa a festa. A cominciare dal calendario dell'Avvento da realizzare in poche mosse!

PALLINE di vetro GOLOSE

Procurati delle palline natalizie di vetro dotate di un'apertura sufficientemente larga. Togli il gancio per appenderle e, con l'aiuto di un piccolo imbuto, riempile di confettini di zucchero argentati, bianchi e rossi. Richiudi l'apertura con il gancio e infila in ognuna un nastro argentato.

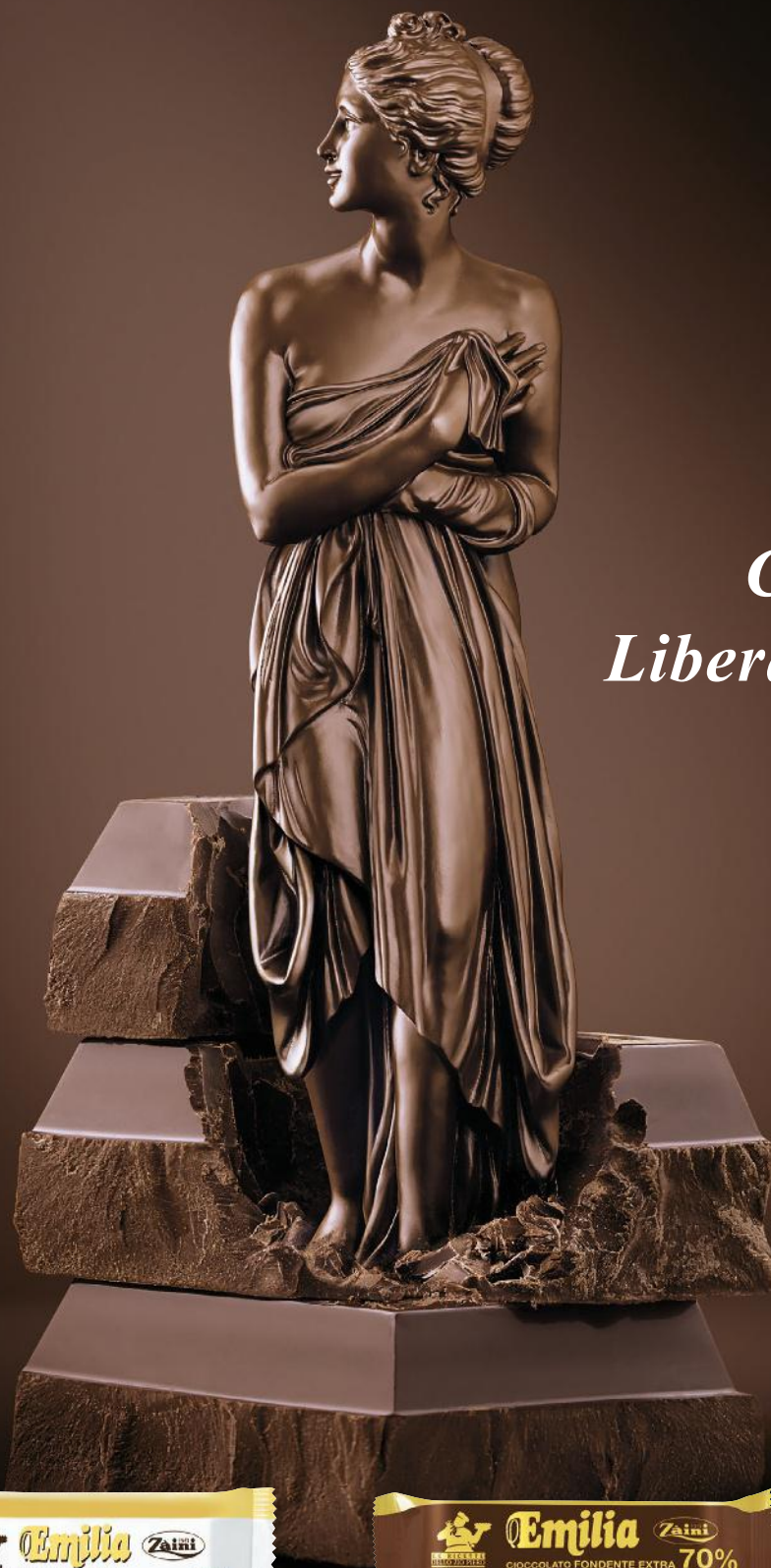
pacchetti di carta RICICLATI

Utilizza i fogli di carta riciclata di un vecchio libro o stradario che non usi più per confezionare tanti piccoli pacchettini, poi legali con lo spago da macellaio bianco e rosso. Sono perfetti per racchiudere piccoli oggetti e bijoux o per avvolgere buste contenenti buoni regalo, biglietti di auguri o del denaro.

Occorrente

- 1 gratella per dolci
- tessuto di cotone (circa 90x45 cm)
- nastro di velluto (circa 80 cm)
- fettuccia sottile di raso (10 m)
- forbici
- 24 caramelle o cioccolatini rotondi

DOLCE countdown

Ritaglia il tessuto con un paio di forbici in modo da ricavare 24 rettangoli da circa 15x9 cm. Avvolgi una caramella (o un cioccolatino) in ogni rettangolo di tessuto e chiudi le estremità con il nastro sottile. Con lo stesso nastro, fissa le caramelle di stoffa a una gratella per dolci. Quindi, lega anche il nastro di velluto per appendere la ghirlanda. Se non hai del tessuto di scarto a disposizione, puoi ricavarlo tagliando una vecchia tovaglia o dei tovaglioli rimasti spaiati e divertiti ad abbinare diversi colori.

recupero creativo RICORDI in cornice

Perché non utilizzare i tagliabiscotti per i dolcetti delle feste e trasformarli in originali decori per il tuo albero? Scegli delle foto di famiglia, dei vecchi disegni o dei cartoncini colorati con motivi natalizi e ritagliali con un paio di forbici seguendo la sagoma esterna delle formine. Sistemale all'interno dello stampo, spingile dal basso verso l'alto delicatamente e completa attaccando all'estremità un nastrino colorato per poterle appendere.

DI SILVIA TATOZZI

SAPEVI CHE

La melagrana è un frutto ricchissimo di vitamina C. I chicchi, aggiunti nell'insalata o nel dessert, apportano fibre utili per facilitare la digestione e proteggere l'intestino

se l'ospite è celiaco

Dopo aver acquistato ingredienti contrassegnati dal marchio con la spiga barrata, ecco qualche regola da seguire durante la preparazione delle pietanze per evitare la "contaminazione incrociata". Posate e utensili **non devono entrare in contatto con cibi contenenti glutine**. Se usi lo stesso olio per friggere, **dai la precedenza alle porzioni per gli ospiti celiaci**. In forno puoi cuocere le pietanze insieme, avendo però l'accortezza di **sistemare la versione gluten free sul ripiano superiore**.

3 rimedi detox agli eccessi delle FESTE

1 Consuma in abbondanza vegetali a foglia verde ricchi di fibre (catalogna, tarassaco, cicoria, spinaci). Il carciofo, in particolare, purifica il sangue dall'eccesso di trigliceridi: bevi l'acqua di cottura di questo ortaggio come un vero e proprio decotto per potenziarne l'effetto depurativo.
2 Ristabilisci la giusta idratazione e "sgonfia" l'organismo abolendo le bevande alcoliche almeno per 15 giorni e consumando con regolarità acqua, tè, tisane, centrifugati e zuppe di verdure.
3 Chiudi la giornata con una tisana digestiva (al finocchio per esempio) o rilassante, che allontana il desiderio del dolcetto pre-sonno, idrata e sgonfia.

TORRONE vs croccante

Il torrone nasce dall'impasto di **miele, albume d'uovo e zucchero** a cui vengono aggiunti nocciole, pistacchi, arachidi, mandorle o noci, e una copertura fatta da due ostie sottili. Anche se la presenza della frutta secca rappresenta una buona fonte di proteine, calcio e vitamina E, questo dolce è ricco di zuccheri: **il meno calorico è quello tradizionale bianco con le mandorle** (479 calorie ogni 100 g), mentre le versioni ricoperte di cioccolato o farcite con frutta candita apportano circa 100 calorie in più. Il croccante è composto da mandorle «legate» con zucchero caramellato: **le calorie superano di poco quelle del torrone** (circa 486 calorie ogni 100 g), ma la composizione più semplice esclude la presenza di addensanti, gelificanti o aromi che, invece, possono essere aggiunti al torrone.

come scongelare senza rischi

Scongelare nel modo corretto evita la ripresa della proliferazione batterica interrotta con la congelazione. **Evita di scongelare i cibi a temperatura ambiente** (carne e pesce in particolare): il modo più sicuro è trasferirli la sera prima dal freezer al frigo e consumarli entro 48 ore. Se hai poco tempo **puoi usare il microonde, impostando sempre la funzione defrost**, per evitare di "cuocere" l'alimento; nel caso di piccole porzioni (verdure, legumi, filetti pesce) puoi **cuocerle ancora congelate in padella o al forno.** Non rimettere mai in freezer un alimento scongelato, a meno di non averlo prima cotto.

GORGONZOLA

IL MOOD FOOD D'ECCELLENZA

Tra tanti nutrienti pregiati, contiene anche l'ormone della felicità.

Se vuoi farmi felice, offrimi del Gorgonzola DOP. Sembra uno scherzo, eppure questo formaggio italiano nato più di 10 secoli fa contiene nutrienti come Fosforo e Zinco, che aiutano a ridurre l'affaticamento, ma anche triptofano, l'aminoacido che aiuta a rilasciare la serotonina. Per questo molti lo definiscono un "mood food" ovvero portatore di buonumore. Lasciati ispirare per le tue ricette oltre alle classiche di pasta, pizza, torte salate... Puoi osare abbinamenti insoliti anche con le lumache, il cous cous o addirittura con il cioccolato. Il Gorgonzola DOP nasce intorno all'anno 1000 e oggi la sua produzione è regolata da un disciplinare che fissa anche le zone specifiche: solo con il latte raccolto nelle regioni di Lombardia e Piemonte.

L'abbinamento ideale

Il Gorgonzola DOP predilige vini con una certa morbidezza e sapidità. Tra i bianchi, Riesling e Pinot Bianco. Tra i rosati, il Lagrein. Tra i rossi, il Valtellina superiore, il Sassella o il Dolcetto.

COSA C'È NEL GORGONZOLA DOP?

- Vitamine A e B12
- Folati, Calcio, Fosforo e Zinco
- Privo di lattosio
- Gluten free
- 70 mg di colesterolo ogni 100 g (come un etto di carne magra di tacchino)
- Senza additivi e conservanti

gorgonzola.com

LA SCUOLA di giallo

CROCCANTE DI MANDORLE

1 Prepara gli ingredienti

Ungi con olio 2 ampi fogli di carta da forno. Scalda il forno a 190°. Allarga 200 g di mandorle spellate su una teglia foderata con carta da forno. Intanto disponi in un pentolino a fondo spesso 90 g di zucchero, 2 cucchiai di miele e qualche goccia di succo di limone.

2 Cuoci il caramello

Inforna le mandorle per 5 minuti. Intanto, metti il pentolino su fuoco medio basso e fai sciogliere lo zucchero: mescola lentamente e in continuazione fino al crearsi di un caramello ambrato. Incorpora a poco a poco le mandorle bollenti.

Trucco salvapentola
Non è mistero che togliere dalle pentole il caramello indurito sia un'impresa. Allora, appena preparato il croccante, riempi il padellino con acqua calda e portala a ebollizione... et voilà, il caramello non c'è più.

3 Dai la forma

Versa il composto sulla carta oliata, allargalo con un cucchiaio, poi coprilo con l'altro foglio oliato e parificalo con il matterello. Togli il foglio superiore, lascia raffreddare il croccante e taglialo a quadrotti.

CALENDARIO dell'Avvento

Scatolette di frolla con sorpresa rendono più dolce l'attesa del Natale

A CURA DI **PAOLA MANCUSO** FOTO DI **MAURIZIO LODI**

Gira pagina e segui la ricetta

Prepara la glassa ①

Mescola in una ciotola gli albumi con il succo di limone. Aggiungi gradualmente lo zucchero a velo setacciato continuando a mescolare, fino a ottenere una consistenza omogenea. Traferisci la glassa in frigorifero.

② Fai i panetti di pasta

Riunisci nel bicchiere del mixer la farina e il bicarbonato setacciati, lo zenzero, lo zucchero e il burro. Aziona l'apparecchio fino a ottenere un composto a briciole. Unisci le uova e la melassa e aziona ancora finché otterrai un impasto legato. Trasferiscilo sul piano di lavoro, dividilo in 4 parti uguali, lavorale a palla e avvolgi ognuna in pellicola. Metti in frigo per 1 ora.

tradizione nordica

Il calendario dell'Avvento fu "inventato" all'inizio del '900 dal tedesco Gerhard Lang, che rielaborò una consuetudine della sua famiglia per scandire i giorni a partire dal 1° dicembre fino a Natale. L'usanza si diffuse prima nei Paesi protestanti, poi in quelli cattolici, dove l'Avvento indica le 4 domeniche che precedono la celebrazione della nascita di Gesù.

Ingredienti

Per la pasta:
1,5 kg di farina 00 + quella per infarinare
2 cucchiaini di bicarbonato di sodio
6 cucchiai di zenzero grattugiato
600 g di zucchero di canna
500 g di burro morbido
4 uova
320 ml di melassa o miele di melata
Per la glassa:
3 albumi
1 cucchiaino di succo di limone
240 g di zucchero a velo

③ Cuoci la base

Libera 1 panetto di pasta dalla pellicola, cospargilo con poca farina e stendilo con il matterello allo spessore di 5 mm tra 2 fogli di carta da forno. Trasferisci la sfoglia in una teglia foderata con carta da forno e infornala a 180° per 12-15 minuti o finché sarà dorata. Lasciala intiepidire, rifilala in un quadrato di 27 cm di lato e fallo raffreddare completamente.

Taglia le strisce di pasta ④

Prendi una seconda palla di pasta e dividila in 2 parti. Infarinale appena e stendile a uno spessore di 5 mm tra 2 fogli di carta da forno. Trasferiscile su 2 teglie foderate con carta da forno e inforna per 12-15 minuti a 180°. Falle intiepidire, poi ricava 6 strisce di 25x4,5 cm e 2 strisce di 27x4,5 cm. Laciale raffreddare.

⑤ Ricava i divisori e i coperchietti

Dividi una terza porzione di pasta in 2 parti e stendile a uno spessore di 5 mm tra 2 fogli di carta da forno. Trasferiscile su 2 teglie foderate con carta da forno e inforna a 180° per 12-15 minuti. Falle intiepidire, poi tagliale ancora tiepide in 20 rettangoli di 5x4,5 cm per ottenere i divisori interni. Lasciali raffreddare. Dividi in 2 l'ultima porzione di impasto, ripeti le operazioni precedenti e ricava 25 quadrati di 5,5 cm di lato per i coperchietti.

Stendi la glassa ⑥

Sistema la base quadrata ormai fredda sul piano di lavoro. Traferisci la glassa in una tasca da pasticciere a bocchetta liscia e stendine un cordoncino lungo 2 lati opposti del quadrato. Appoggiaci sopra in verticale 2 strisce di 27x4,5 cm e sorreggile finché la glassa si asciuga.

PASSAGGIO critico

Quando hai sistemato gli elementi verticali sulla base, posiziona alcuni supporti (bottiglie o barattoli di vetro) per sorreggerli, in modo da impedire che le "pareti" cadano all'interno. La glassa, rapprendendosi, fungerà da collante tra le varie parti: perchè si solidifichi perfettamente lascia passare almeno 1 ora.

la ricetta in più

Calendario di biscotti sul ramo

Preparazione 40 minuti + riposo
Cottura 12 minuti

380 g di farina - 150 g di zucchero semolato - 1 cucchiaino di zenzero in polvere - 2 tuorli - 250 g di burro - colorante alimentare in gel - zucchero a velo - sale

Monta il burro morbido con lo zucchero semolato fino a ottenere un composto soffice. Unisci i tuorli, lo zenzero, un pizzico di sale e la farina setacciata. Impasta rapidamente, forma un panetto, avvolgilo in pellicola e lascialo riposare in frigo per 1 ora.
Stendi la pasta a uno spessore di 3-4 mm e ritaglia 25 biscotti con coppapasta di diverse sagome. Trasferisci i biscotti sulla placca foderata con carta da forno, cuocili per 12 minuti nel forno già caldo a 180°, sfornali e lasciali raffreddare.
Fai la glassa: mescola 1 cucchiaio di colorante con un po' di zucchero a velo, fino a ottenere un composto denso; trasferiscilo in una sac-à-poche con la bocchetta di 1 mm (o in una siringa senza ago), spremi e numera i biscotti da 1 a 25. Fai asciugare la glassa, infila i biscotti in bustine trasparenti e appendili a un ramo (di abete o altro alberello).

7 Fai gli scomparti

Stendi un cordocino di glassa lungo lo spessore di 1 lato lungo e dei 2 lati corti di una striscia di 25x4,5 cm e fissala su un lato libero del quadrato, sorreggendola finché si asciuga.
Ripeti l'operazione con un'altra striscia di 25x4,5 cm e sistemala a 4,5 cm di distanza. Prosegui fino a esaurire le strisce e a raggiungere il lato opposto del quadrato. Stendi un cordoncino di glassa lungo lo spessore di un lato lungo e dei 2 lati corti di ciacuno dei rettangoli di 5x4,5 cm e sistemane 4 in ogni colonna a distanza regolare per creare 5 "scomparti" per colonna.

Disegna i numeri 8

Spremi sui coperchietti quadrati di pasta la glassa rimasta nella tasca da pasticciere e componi i numeri da 1 a 25. Completa con gocce ai quattro angoli. Inserisci nelle "scatolette" del calendario piccoli dolcetti e cioccolatini e chiudile con i coperchietti preparati.

gougère AL PROSCIUTTO

Tanti piccoli bigné al formaggio si rincorrono in questa elegante corona di origine francese. Segui la nostra ricetta passo a passo per preparare senza difficoltà un antipasto "très chic"

A CURA DI **ENZA DALESSANDRI**

Prepara la choux ①

Versa 2 dl di acqua in una casseruola, unisci il burro e il sale e porta a ebollizione, mescolando, finché il burro si scioglie. Abbassa la fiamma al minimo e aggiungi la farina setacciata tutta in una volta.

② Cuocila

Mescola l'impasto con un cucchiaio di legno e cuoci a fiamma bassa, sempre mescolando, finché la pasta si staccherà dal fondo e dalle pareti della casseruola.

consigli utili

pasta CHOUX senza segreti

Per ottenere un impasto perfetto è importante unire la farina alla parte liquida in un sol colpo: in questo modo non si formano grumi e la farina assorbe acqua e burro radunandosi in una palla sfrigolante. La quantità di uova, poi, dipende dalle loro dimensioni e dalla capacità di assorbimento dell'impasto: per questo, meglio sbattere a parte l'ultimo uovo e unirlo poco alla volta.

③ Incorpora uova e Gruyère

Trasferisci la pasta in una ciotola, incorpora 3 uova, uno per volta, lavorando con le fruste elettriche su cui avrai montato i ganci per impastare. Aggiungi 100 g di Gruyère grattugiato, noce moscata e pepe.

Ingredienti

Per 6 persone
125 g di farina 00
50 g di burro
4 uova
150 g di Gruyère
noce moscata
200 g di prosciutto crudo
1 cucchiaino da caffè di sale
pepe

la ricetta in più

Bignè glassati al prosciutto

Per 6 persone
Preparazione 30 minuti + riposo
Cottura 15 minuti

18 bignè preparati come nella ricetta accanto ma disposti separatamente sulla placca - 2 dl di latte - 1,5 dl di panna fresca - 4 tuorli - 50 g di parmigiano reggiano Dop grattugiato - 50 g di prosciutto cotto tritato - 20 g di amido di mais - 6 g di gelatina in fogli - 0,25 dl di vino bianco - 45 g di burro - sale - pepe

Porta a ebollizione il latte (tranne 2 cucchiai) con 1/3 della panna e un po' di pepe. Con le fruste elettriche lavora l'amido (tranne 1 cucchiaino) con i tuorli, il parmigiano e un pizzico di sale. Unisci il mix di latte e panna e fai addensare per 2 minuti. Lascia intiepidire e amalgama 20 g di burro. Fai raffreddare la crema poi mettila in frigo per 30 minuti. **Ammorbidisci la gelatina** in acqua fredda. Fondi il burro rimasto, unisci il vino e cuoci per 2 minuti. Aggiungi la panna, l'amido e il latte rimasti, il cotto e cuoci per 3 minuti. Frulla, cuoci per 2 minuti, unisci la gelatina strizzata e fai raffreddare la glassa. **Incidi i bignè di lato** e farciscili con la crema usando una sac-à-poche. Intingi la calotta dei bignè nella glassa e aggiungi, se ti piace, cotto tritato, mandorle e pistacchi.

4 Forma la corona

Disegna su un foglio di carta da forno un cerchio di 22-24 cm e posalo su una placca tenendo la traccia verso la placca. Riempi con l'impasto una sac-à-poche in cui avrai inserito una grande bocchetta a stella e, seguendo la traccia, fai scendere tanti mucchietti, uno accanto all'altro, in modo da ottenere una corona.

5 Completa e inforna

Spennella la corona con l'uovo rimasto sbattuto e cospargila con il Gruyère restante grattugiato con la grattugia a fori grossi. Scalda il forno a 200°, inforna la gougère e cuocila per 30 minuti o finché sarà gonfia e dorata.

6 Farcisci

Apri leggermente lo sportello del forno e lascia intiepidire la gougère, poi sfornala. Al momento di servire tagliala a metà nel senso della larghezza, farciscila con il prosciutto crudo e poi portala in tavola su un piatto di portata.

LASAGNE CON carciofi

Un'appetitosa variante della tradizionale pasta al forno, farcita con ragù in bianco, prosciutto e formaggio

A CURA DI **PAOLA MANCUSO** FOTO DI **MAURIZIO LODI**

Ingredienti

Per 6 persone
500 g di farina 00
5 uova
10 carciofi
300 g di prosciutto di Praga
250 g di emmentaler
200 g di mascarpone
burro
2 spicchi di aglio
olio di semi di arachide
maggiorana
sale e pepe

Per il ragù:
1 costa di sedano
1 carota
1 cipolla
400 g di polpa di vitello e tacchino macinate
vino bianco
2 dl di latte
1 foglia di alloro
2 rametti di timo
20 g di burro
sale e pepe

Fai il ragù ①

Pulisci e lava il sedano, la carota e la cipolla, poi riducili a dadini; falli soffriggere dolcemente in una casseruola con il burro sciolto. Aggiungi la carne macinata, falla rosolare per 2-3 minuti, mescolando spesso, quindi bagna con 1 bicchierino di vino e lascialo evaporare. Versa 2 dl di latte tiepido, aggiungi la foglia di alloro legata con il timo, sale, pepe e cuoci a fuoco dolce e con il coperchio per almeno 30 minuti.

Gira pagina e segui la ricetta

② Prepara l'impasto

Intanto, disponi la farina sulla spianatoia, crea una fossetta al centro e allargala. Sgusciaci dentro le uova, 1 alla volta. Sbattile con una forchetta, incorporando gradualmente la farina circostante, poca alla volta. Quindi, impasta con le mani per una decina di minuti.

una ANTICA tradizione

Già nel '200 le lasagne erano così diffuse da venir citate nelle opere di autori dell'epoca come Jacopone da Todi e Cecco Angiolieri. Probabilmente a quel tempo erano un semplice impasto di farina e acqua, tirato a sfoglia e tagliato in larghi pezzi. La ricetta della pasta farcita viene invece fatta risalire al Rinascimento, mentre l'attuale versione delle lasagne alla bolognese potrebbe risalire al tardo '600, data la ricchezza di ingredienti che riflette i fasti del periodo barocco.

③ Forma un panetto

Continua a impastare per 5 minuti, alternando le mani e facendo forza con il peso del corpo e non con le braccia, finché sulla superficie della pasta appariranno piccole bollicine. Forma una palla, avvolgila in un foglio di pellicola e lasciala riposare per 30 minuti.

Le regole d'oro

Lavora sulla spianatoia: la rugosità del legno è ideale per impastare. Al termine, copri il panetto, in modo che non si asciughi, altrimenti non riuscirai a stendere perfettamente la sfoglia.

(Ri)scoperte italiane: le lenticchie verdi e rosse

La ricchezza delle *proteine vegetali* in una ricetta vegana che piacerà a tutti

I legumi sono tra i prodotti della nostra terra più sani e gustosi, ricchi di proteine. Le Stagioni d'Italia ripercorre le tradizioni agricole italiane, con un sistema di coltivazione sostenibile e tecnologico. Le Lenticchie verdi tengono perfettamente la cottura, rimanendo croccanti e con un gusto deciso. Perfette per zuppe e contorni, ma anche per ricette vegetariane abbinate a cereali e verdure. Le Lenticchie rosse, ideali per vellutate e insalate, si cuociono rapidamente, grazie alla loro consistenza tenera. Dal loro mix nascono ricette dal sapore autentico come le gustose polpette vegetariane. Tra i prodotti Le Stagioni d'Italia da abbinare: Olio extravergine, Farro perlato, Riso del Delta del Po e Pasta di grano duro Senatore Cappelli, tutti 100% italiani.

Ricetta della Chef Silvia Cappellazzo

Polpette di Riso con ragù di lenticchie verdi e rosse

• 100g di Riso Arborio Le Stagioni d'Italia • 100g di Lenticchie verdi Le Stagioni d'Italia • 50g di Lenticchie rosse Le Stagioni d'Italia • una carota • una cipolla • sedano • olio extravergine d'oliva Le Stagioni d'Italia • pangrattato • salsa di pomodoro • sale, pepe, alloro

1. Cuocere il Riso Arborio in 250g d'acqua salata. Tritare carota, cipolla e sedano, rosolare con un filo d'olio evo, un pizzico di sale, pepe, una foglia di alloro. Unire le lenticchie verdi e rosse, lasciar insaporire e coprire con acqua. Cuocere per 20 minuti. **2.** Unire qualche cucchiaio di salsa di pomodoro e lasciar insaporire per 10 minuti. Unire il ragù di Lenticchie al riso e amalgamare bene. **3.** Frullare un terzo del composto, quindi rimetterlo nel recipiente e amalgamare. **4.** Lasciar riposare l'insieme in frigorifero per 15 minuti. Se troppo liquido aggiungere qualche cucchiaio di farina. Formare delle polpette, passarle nel pangrattato. Quindi cuocerle in forno a 180° per 15 minuti dopo averle condite con un filo d'olio evo.

Scopri prodotti e ricette su **lestagioniditalia.it**

Tutti i prodotti a marchio Le Stagioni d'Italia si possono acquistare su **www.destinationgusto.it**, dal 17 novembre al 16 dicembre i lettori di GialloZafferano avranno uno **sconto del 15%** inserendo il codice GIALLOSTAGIONI11

Prepara la crema di carciofi

Pulisci i carciofi e ricava i cuori; affettane 2/3 e falli rosolare in un tegame con 40 g di burro e gli spicchi d'aglio spellati; unisci 1 mestolino d'acqua calda, sale, pepe e cuoci per 15 minuti. Elimina l'aglio e passa i carciofi al mixer con il mascarpone. Profuma la crema con foglie di maggiorana.

Stendi la pasta

Preleva un pezzo del panetto di pasta, appiattiscilo con le mani e fallo passare fra i rulli dell'apposita macchinetta, partendo dalla tacca più larga. Assottiglia man mano la pasta, passandola fra i rulli fino ad arrivare alla penultima tacca, in modo da ottenere una sfoglia sottile. Prosegui allo stesso modo, fino a esaurire tutto l'impasto.

Ricava i rettangoli

Ricava dalle sfoglie tanti rettangoli di 10x15 cm. Scottali per 1/2 minuto, pochi alla volta, in una casseruola con abbondante acqua salata in leggera ebollizione. Scolali con un mestolo forato e stendili, senza sovrapporli, su più fogli di carta da forno.

la pasta pronta

In commercio ci sono diverse tipologie di pasta per lasagne: di sola semola o tradizionale all'uovo, la più diffusa, che a sua volta può essere secca oppure fresca. Sul mercato trovi quest'ultima anche in una versione che può essere utilizzata senza essere prima scottata in acqua bollente; in questo, caso i condimenti devono essere un po' più liquidi per favorire la cottura in forno.

4

È il numero minimo di strati di pasta che devono avere le lasagne che, farcite generosamente come in questa ricetta, risulteranno alte e compatte, più scenografiche e facili da porzionare.

Piccoli trucchi

Per evitare che le lasagne si attacchino tra loro, versa 1 cucchiaio di olio nell'acqua di cottura. Una volta cotte, scolale una a una, tuffale per un istante in una ciotola con acqua e ghiaccio e stendile man mano su carta da forno, tenendole ben distanziate.

la ricetta in più

Con mortadella, taleggio e spinaci

Per 6 persone
Preparazione 30 minuti
Cottura 35 minuti

250 g di pasta fresca per lasagne - 500 g di spinaci puliti - 4 cipollotti - 1 spicchio d'aglio - 200 g di mortadella a fette - 60 g di grana padano Dop grattugiato - burro - olio extravergine di oliva - sale
Per la besciamella: 50 g di burro - 50 g di farina - 6 dl di latte - 180 g di taleggio - 250 g di ricotta - noce moscata - sale - pepe

Lava i cipollotti e tritali. Falli soffriggere in una padella con 5 cucchiai d'olio e l'aglio spellato. Unisci gli spinaci, falli appassire, sala e togli dal fuoco. Elimina l'aglio. **Prepara la besciamella**. In una casseruola, fai fondere il burro, unisci prima la farina, mescolando, poi il latte. Porta a ebollizione, profuma con una grattatina di noce moscata, sale e pepe. Unisci il taleggio a pezzetti, fallo fondere, poi incorpora la ricotta e spegni. **Ungi di burro** una pirofila e stendi uno strato di pasta. Coprila con un velo di besciamella, 1/4 degli spinaci, una manciata di grana, 2 fette di mortadella e un altro velo di besciamella. Ripeti gli strati altre 3 volte, terminando con il grana, e inforna a 180° per 25-30 minuti.

7 Componi gli strati

Ungi di burro una pirofila, stendi sul fondo 1 cucchiaiata di ragù e prosegui alternando a strati rettangoli di pasta, ragù, crema di carciofi, prosciutto tritato ed emmentaler grattugiato. Inforna a 180° per 35-40 minuti.

8 Friggi e completa

Intanto, taglia i carciofi rimasti a fettine sottili e friggile in olio di semi ben caldo; scolale su carta per fritti e distribuiscile sulla superficie delle lasagne poco prima di servire.

I FEEL
SLOVENIA
SLOVENIA.
SCOPRIRE I
SAPORI LOCALI
A MODO MIO.
#ifeelsLOVEnia
#myway
www.slovenia.info

preparo e **congelo**

A CURA DI **CRISTIANA CASSÉ**

passo a passo

1
2
3
PER SERVIRE
Inforna i cannelloni ancora congelati a 180° per 30 minuti. Poi cospargi la superficie con fiocchetti di burro e un po' di grana e prosegui la cottura a 200° per 15 minuti.

Cannelloni ai carciofi

Preparazione **30 minuti**
Cottura **15 minuti**
Dosi per **6 persone**

12 rettangoli di sfoglia fresca per lasagne - 150 g di ricotta - 50 g di grana padano Dop grattugiato - 500 g di besciamella pronta - 6 carciofi - 1 scalogno - 1 ciuffo di prezzemolo - burro - olio extravergine d'oliva - sale

1 Tuffa i rettangoli di pasta in acqua bollente salata, pochi per volta, scolali dopo 1-2 minuti con il mestolo forato e stendili su canovacci puliti.
2 Pulisci i carciofi privandoli di punte, foglie esterne più dure e fieno interno, poi tagliali a spicchi sottili. Lava e trita il prezzemolo. Spella lo scalogno, tritalo e fallo soffriggere in 4 cucchiai di olio. Unisci i carciofi e il prezzemolo, sala e cuoci per 10 minuti. Lavora la ricotta con 2-3 cucchiai di besciamella e il grana, quindi incorpora i carciofi. Suddividi il composto sui rettangoli di pasta lasciando il bordo libero e arrotolali.
3 Ungi una pirofila da forno con il burro, stendi sul fondo un velo di besciamella e allinea sopra i cannelloni preparati. Copri con la besciamella rimasta, avvolgi la pirofila con alluminio e trasferiscila in freezer (si conserva fino a 6 mesi).

FOTO DI MAURO PADULA

passo a passo

PER SERVIRE
Togli i pâté dal freezer e lasciali scongelare a temperatura ambiente. Se ti piace, aggiungi uno strato di gelatina istantanea e falla rapprendere in frigo.

Pâté di fegatini al Marsala

Preparazione **20 minuti**
Cottura **15 minuti**
Dosi per **4-6 persone**

300 g di fegatini di pollo - 100 g di burro - 3 cucchiai di panna fresca - 1/2 cipolla - 1 foglia di salvia - 1 foglia di alloro - 1 rametto di rosmarino - 2 cucchiai di Marsala - 3 cucchiai di brandy - aceto bianco - sale - pepe

1 Pulisci i fegatini privandoli di grasso e filamenti, sciacquali in una ciotola con acqua fredda e aceto per eliminare eventuali residui di sangue, poi tamponali con carta da cucina.

2 Spella la cipolla, tritala e soffriggila in una padella antiaderente con 30 g di burro e le erbe aromatiche. Unisci i fegatini e falli rosolare bene per 10 minuti a fuoco medio-basso. Alza la fiamma, bagna con il Marsala e il brandy e lasciali evaporare.

3 Elimina gli aromi e frulla i fegatini con il loro sughetto nel mixer. Sala, pepa, unisci il burro rimasto a pezzetti e frulla ancora. Aggiungi la panna e frulla di nuovo. Trasferisci il pâté in stampini da porzione compattandolo bene con il dorso di un cucchiaio e conservalo in freezer fino a 3 mesi.

FOTO DI MAURO PADULA

con la pentola a pressione

A CURA DI **CRISTIANA CASSÉ**

passo a passo

Bollito misto

Preparazione **15 minuti**
Cottura **45 minuti**
Dosi per **4 persone**

800 g di carne di manzo da bollito (reale, muscolo, biancostato, codone, punta di petto) - 1 costa di sedano - 1 carota - 1 cipolla - 1 spicchio d'aglio - 1 foglia di alloro - 2 chiodi di garofano - sale grosso

1 Spella la cipolla e infilzaci i chiodi di garofano. Pulisci e lava le verdure. Spella l'aglio.
2 Metti tutto nella pentola a pressione con la carne, l'alloro, l'aglio, 1 cucchiaio di sale e acqua fredda fino ai 2 terzi dell'altezza del recipiente. Chiudi la pentola e mettila su fiamma alta: quando inizia a sibilare, abbassa il fuoco al minimo e cuoci per circa 40 minuti.
3 Fai sfogare il vapore, apri il coperchio, preleva la carne e servila calda in grossi pezzi. Se ti piace, accompagna con salse e mostarda di frutta.

1

2

3

LA COTTURA TRADIZIONALE

Porta a bollore 3 litri di acqua con tutti gli ingredienti tranne la carne. Poi unisci quest'ultima e, dopo 1 minuto, abbassa la fiamma. Fai sobbollire con il coperchio per 2 ore e mezza, schiumando il brodo di tanto in tanto con una schiumarola.

FOTO DI MAURO PADULA

con il microonde

A CURA DI **CRISTIANA CASSÉ**

COTTURA TRADIZIONALE
Scongela le code in frigo per 24 ore. Tuffale in acqua bollente per 10 minuti, scolale, apri il carapace, irrora con la salsa calda e servi. Rispetto al microonde, non si risparmia in minuti di cottura, ma nel lungo tempo di scongelamento. L'alternativa sono le aragoste fresche, che però costano più del doppio.

Code di aragosta in salsa

Preparazione **20 minuti**
Cottura **12 minuti**
Dosi per **4 persone**

4 piccole code di aragosta surgelate (800 g in tutto) - 1 limone non trattato - 100 g di burro - 1 cucchiaino di senape dolce - 1 cucchiaio di salsa di pomodoro - 3 cucchiai di Cognac (o brandy) - qualche goccia di salsa Worcestershire - sale - pepe

1 Metti le code di aragosta ancora congelate in un recipiente adatto al microonde senza sovrapporle e infornale alla massima potenza per 4 minuti e mezzo; poi lasciale riposare nel forno spento per 10 minuti.

2 Intanto, lava il limone, asciugalo e ricavane la scorza grattugiata e il succo. Fai sciogliere il burro in un padellino e mescolalo con la senape, la salsa di pomodoro, il Cognac, la salsa Worcestershire, la scorza e il succo del limone, sale e pepe.

3 Taglia con le forbici il carapace sul dorso delle code di aragosta e divaricalo un poco per scoprire la polpa. Sistemale in un solo strato in un recipiente adatto al microonde, irrora la polpa con la salsa preparata, chiudi con un coperchio e cuoci in forno alla massima potenza per 5 minuti, poi a media potenza per altri 3. Lascia riposare nel forno spento per 3 minuti e servi.

FOTO DI MAURO PADULA

LA PASSIONE CON "TRE SENZA"

PASTA DI VENEZIA PRESENTA I "PREPARATI" SENZA ZUCCHERI, SENZA GLUTINE E SENZA LATTOSIO.

SCOPRI TUTTI I PRODOTTI SU:
www.pastadivenezia.it
info@pastadivenezia.it

PASTA DI VENEZIA È FATTA CON IL CUORE.
Prova i preparati per Pane e Focaccia, Dolci e Pasta Fresca, senza **zuccheri**, senza glutine e senza lattosio. Gusta la tradizione italiana con i ripieni dal sapore ricco e sorprendente. Assapora le Lasagne, "i Piatti Pronti" tutti da gustare.
Pasta di Venezia la trovi solo in Farmacia e nei migliori negozi specializzati nel senza glutine.

bontà dal **macellaio**

DI **CRISTIANA CASSÉ**

LO SAPEVI CHE...
È ALLEVATA SOPRATTUTTO IN VENETO, LOMBARDIA ED EMILIA ROMAGNA

Il prezzo
Una gallina da allevamento intensivo costa circa 3,50 euro al kg, ma il prezzo può salire anche fino a 15 euro al kg per quelle ruspanti o bio acquistate dal macellaio o dall'allevatore (hanno in genere forma più snella e pelle più gialla).

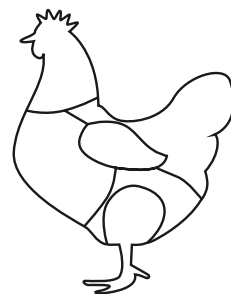
gallina

È la femmina della specie *Gallus domesticus* e viene definita gallina quando inizia a deporre le uova, dai 6 mesi di vita: prima di allora è chiamata comunemente "**pollo**", come i giovani maschi. Alcune razze sono destinate alla sola produzione ovipara, mentre altre hanno una destinazione mista e, dopo un certo periodo, vengono macellate. In entrambi i casi, proprio per favorire la deposizione di uova, l'alimentazione è diversa da quella dei maschi e per questo le galline hanno **carni più magre**, che induriscono e acquistano **sapore più deciso** con il trascorrere del tempo. Ecco spiegato il detto "gallina vecchia fa buon brodo" (ma non è adatta a essere mangiata). Che età deve avere dunque per rendere bene in cucina? Al massimo **18 mesi** di vita: questo dato è impossibile da scovare in etichetta, ma ci viene in aiuto il peso, che a quello stadio di crescita è di circa **1,5 kg** (anche abbondanti). Rispettata tale condizione, ci si può sbizzarrire con arrosti e bolliti (tipici soprattutto in Lombardia e Piemonte), ma anche con gli umidi (diffusi nel centro dello Stivale, come la "gallina 'mbriaca" laziale).

I TRUCCHI PERCHÉ resti morbida

Innanzitutto, non privarla della pelle (lo farai al momento di gustarla): il suo grasso è un "ammorbidente" naturale. Se la cucini **bollita**, lega le zampe, immergila in acqua salata in forte ebollizione, dopo 1 minuto abbassa il fuoco e lasciala sobbollire (2 ore abbondanti per 1,5 kg di peso). **In forno**, ricordati di bagnarla spesso con il fondo di cottura. Se la vuoi **arrostita** a pezzi, lessala intera per 1 ora, poi tagliala in ottavi e finisci la cottura in forno a 180° con olio e aromi per 30 minuti.

Le razze

In Italia si contano più di 30 razze autoctone. Tra queste sono rinomate: Padovana, Polverara, Romagnola, Livornese, Anconetana e Siciliana.

200

CALORIE PER ETTO

Senza pelle si arriva a 120 calorie. È ottimo l'apporto di proteine nobili e vitamine (soprattutto del gruppo B).

Ripiena alla ragusana

Preparazione **30 minuti**
Cottura **2 ore e 50 minuti**
Dosi per **4 persone**

1 gallina disossata di 1,5 kg con gli ossi a parte - 200 g di carne di manzo macinata - 200 g di rigaglie di pollo pulite - 100 g di caciocavallo grattugiato - 150 g di riso Roma - 2 uova - 30 g di pangrattato - 1 cipolla - 1 costa di sedano - 1 carota - 3 rametti di prezzemolo - 3 spicchi d'aglio - aromi (timo, rosmarino, salvia, alloro) - 2 bicchieri di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - noce moscata - sale - pepe

Fai bollire 1,5 litri di acqua con gli ossi, gli aromi, la carota, il sedano, 2 spicchi d'aglio e 1/2 cipolla per 1 ora. Intanto, lessa il riso e scolalo. Trita la cipolla e l'aglio rimasti e il prezzemolo. **Sminuzza le rigaglie** e mescolale con la carne macinata, il caciocavallo, il riso, le uova, il trito di aromi, il pangrattato, sale, pepe e noce moscata. Sala la gallina all'interno, riempila con la farcia, cucila con spago da cucina e lega le zampe. **Rosola la gallina** con poco olio prima sul lato del petto e poi sul dorso. Salala, pepala, irrorala con metà del vino e cuocila per 10 minuti. Girala e bagnala con il vino rimasto. Girala di nuovo, copri e cuocila per 90 minuti a fiamma bassa bagnandola spesso con il fondo di cottura e un po' del brodo preparato.

Alla piemontese con salse

Preparazione **1 ora**
Cottura **2 ore e 30 minuti**
Dosi per **4 persone**

1 gallina di circa 1,5 kg - 2 cipolle - 2 carote - 2 coste di sedano - aromi (timo, alloro, prezzemolo) - 2 chiodi di garofano - sale - pepe in grani
Per la salsa rossa: 500 g di pomodori pelati - 1 cipolla - 1 carota - 1 costa di sedano - 1 piccolo peperone rosso - 1 spicchio d'aglio - 2 foglie di salvia - 2 foglie di alloro - 4 foglie di basilico - aceto - zucchero - peperoncino - olio extravergine d'oliva - sale
Per la salsa verde: 80 g di prezzemolo - 50 g di capperi sotto sale - 1 uovo sodo - 2 filetti di acciughe sott'olio - 1 spicchio d'aglio - 30 g di mollica di pane - aceto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

STEP BY STEP

1 Infila i chiodi di garofano nelle cipolle spellate, mettile in pentola con abbondante acqua, il sedano e le carote puliti e tagliati a pezzi, 1 cucchiaino di pepe e il mazzetto aromatico. Sala, porta a bollore, aggiungi la gallina con le zampe legate e cuoci a fuoco basso per 2 ore e 30 minuti a pentola semicoperta.

2 Per la salsa rossa, pulisci e lava carota, sedano e peperone, spella aglio e cipolla e trita tutto, tranne il peperone che ridurrai a cubettini. Rosola il mix con un filo d'olio, poi unisci i pelati, le erbe, poco peperoncino, 1 cucchiaio di zucchero e 2 cucchiai di aceto e cuoci per 2 ore a fuoco bassissimo con il coperchio. Sala e passa la salsa al passaverdure.

3 Per la salsa verde, dissala i capperi sotto acqua corrente, poi mettili a bagno in acqua tiepida per 10 minuti cambiandola 2-3 volte. Bagna la mollica con poco aceto, strizzala e frullala con i capperi strizzati, le acciughe, l'aglio spellato, l'uovo sodo sgusciato, il prezzemolo lavato, 1/2 dl di olio, sale, pepe. Sgocciola la gallina (filtra il brodo e conservalo per altre preparazioni), tagliala in 8 pezzi e servila su un piatto caldo con le salse a parte. Se ti piace, aggiungi un po' di mostarda di frutta.

www.foppapedretti.it - shop.foppapedretti.it

DI **PAOLA MANCUSO**

capitone

È il nome comunemente usato, soprattutto nelle regioni del Centro-Sud, per indicare la **femmina dell'anguilla**. Rispetto agli esemplari di sesso maschile, ha un accrescimento diverso e raggiunge dimensioni decisamente più grandi. È anche più diffuso sui banchi delle pescherie, dove viene mantenuto in vita in bacinelle piene d'acqua dolce. Di solito, infatti, si acquista **vivo**, perché a pezzi (e quindi morto) deperisce molto rapidamente e in frigo non dura più di 24 ore. Il prodotto sul mercato arriva da allevamenti nazionali, concentrati nel **Delta del Po**, dove i giovani pesci catturati vengono poi alimentati con mangimi ad hoc, in modo da crescere più rapidamente che in natura: in 2-3 anni sono pronti per essere commercializzati, in particolare nel periodo natalizio.

Le differenze
I capitoni possono superare 1 kg di peso e 1 m di lungezza e hanno carni più grasse. Le anguille (in alto a sinistra) non raggiungono i 200 g di peso, misurano circa 50 cm e, in proporzione, hanno più scarto.

una pulizia COMPLESSA

Il capitone va ucciso e pulito poco prima dell'utilizzo, un'operazione che puoi chiedere al tuo negoziante di fiducia, che provvederà a tagliare testa e coda, rimuovendo anche le interiora. Se la ricetta richiede di spellarlo, solleva la pelle intorno al taglio della testa, afferrane i lembi con le mani e tirala verso la coda, aiutandoti con un telo da cucina, perché è molto viscida. Sciacqua sotto acqua corrente per eliminare le impurità e asciuga con un telo pulito.

le cotture

In tutte le regioni c'è una ricetta tipica per cucinarlo (marinato, in umido, a scapece, in brodetto), ma spesso viene preferito arrosto, trattandosi di un pesce grasso. La polpa compatta e saporita è ottima anche nel risotto.

131

Sono le calorie apportate da 100 g di capitone crudo. Buona è la presenza di vitamine (E, D, A, B12) e minerali (fosforo). Purtroppo, è alta anche la dose di colesterolo (126 mg).

idea gourmet

Se ti avanza qualche pezzo di capitone fritto, mettilo in una ciotola, versaci sopra 1-2 bicchieri di aceto bianco, 2 foglie d'alloro e conservalo, coperto e al fresco: servilo come secondo o antipasto.

Crostini di polenta all'agrodolce

Preparazione **20 minuti**
Cottura **25 minuti**
Dosi per **6 persone**

500 g di capitone pulito e spellato - 1 arancia non trattata - 1 costa di sedano - 1 rametto di salvia - 6 fette di polenta - 1 rametto di timo - 1 grossa cipolla rossa - 50 g di farina - 1 bicchiere di vino bianco - 40 g di pinoli - 4 albicocche secche - 1 cucchiaio di uvetta - olio extravergine d'oliva - olio di semi di arachide - sale - pepe

Riduci il capitone a tocchi di 2-3 cm, infarinali e friggili in olio bollente per 3-4 minuti. Scolali con un mestolo forato e mettili a perdere l'unto su carta assorbente. Fai ammorbidire l'uvetta in acqua tiepida.
Lava l'arancia, riduci la scorza a filini, usando un rigalimoni, e spremine il succo. Spella la cipolla, tagliala a spicchietti e cuocili su fiamma bassa in padella con 4 cucchiai d'olio extravergine e la scorza d'arancia. Unisci il sedano a filetti, 4-5 foglie di salvia, il timo e i pezzi di pesce fritto. Bagna con il vino e il succo d'arancia e fai sfumare.
Aggiungi i pinoli, le albicocche a dadini, l'uvetta scolata, sale e una macinata di pepe poi cuoci per 5 minuti a fiamma bassa.
Taglia le fette di polenta a quadrati, spennellali di olio e falli dorare sotto il grill del forno per pochi minuti. Distribuisci su ogni crostino 1 pezzetto di pesce e il condimento preparato; servi.

Fritto, alla napoletana

Preparazione **25 minuti**
Cottura **40 minuti**
Dosi per **6 persone**

1 capitone di circa 1 kg - 100 g di farina 00 - 50 g di farina di mais - olio per friggere - alloro - sale
Per l'insalata di rinforzo: 1/2 cavolfiore bianco e 1/2 verde - 1 scarola riccia - 200 g di olive verdi e nere - 100 g di peperoni rossi sott'aceto - 100 g di capperi sotto sale - 6-8 acciughe sotto sale - 100 g di sottaceti - olio extravergine di oliva - aceto - sale - pepe

STEP BY STEP

1

Lava il capitone sotto l'acqua corrente (non va spellato) e mettilo su un tagliere. Taglialo a tronchetti di 6-7 cm, puliscili e lavali ancora a lungo sotto l'acqua fredda corrente. Mescola in una ciotola le due farine e passaci i tronchetti di capitone, scolati e asciugati. Scalda abbondante olio di semi in una padella a bordi alti; immergici, pochi alla volta, i tronchetti di capitone e friggili a fuoco medio per circa 10 minuti.

2

Scola i tronchetti man mano su carta assorbente da cucina, salali e profumali con qualche foglia d'alloro. Prepara l'insalata di rinforzo: dividi i cavolfiori a cimette e scottale in acqua bollente, mantenendole croccanti; trasferiscile in un'insalatiera. Dissala in acqua fredda i capperi e le acciughe e taglia queste ultime a pezzetti.

3

Unisci ai cavolfiori la scarola pulita e spezzettata, i peperoni tagliati a falde, le olive, i capperi, i sottaceti misti sgocciolati e le acciughe; mescola e condisci con un filo d'olio extravergine, aceto, sale e pepe. Servi l'insalata di rinforzo con il capitone fritto.

NOVITÀ
DALLE AZIENDE

BAULI

TUOBAULI: IL PANETTONE SU MISURA

Dall'esperienza nell'arte pasticcera Bauli nasce TUOBauli: il primo panettone artigianale su misura da ordinare online. Sono sufficienti pochi passi per creare il proprio panettone: visitando il sito TUOBauli.it basterà seguire semplici passaggi per la preparazione del dolce ideale, partendo dalla scelta degli ingredienti a quella della farcitura, fino alla scatola. Per completare il regalo perfetto, è possibile creare anche un bigliettino personalizzato con il proprio messaggio.
A partire dal 9 novembre e fino al 28 dicembre sarà dunque possibile visitare il sito TUOBauli.it e ordinare il proprio panettone, selezionando la settimana di consegna a casa propria o inviandolo direttamente alla persona che riceverà l'esclusivo dono.

DELACRE

I BISCOTTI DI NATALE

Delacre da 150 anni si dedica all'ideazione e alla produzione di raffinati biscotti da pasticceria che nascono dalla straordinaria combinazione della squisita pasticceria francese con la delicatezza del cioccolato belga.
La linea natalizia comprende la speciale confezione Etoile in latta, riutilizzabile, contenente la selezione di 46 biscotti in 7 varietà: 3 tra i più iconici del brand (Marquisette, Biarritz, Cigarettes Russes) e ben 4 special edition natalizie a forma di stella.

KIMBO

NUOVA MACCHINA PER CAFFÈ

Nata dalla partecipazione tra Kimbo e Grimac, la nuova macchina per cialde, made in Italy, garantisce un caffè intenso e cremoso, proprio come quello del bar. Compatta e in diversi colori, è perfetta per preparare un ottimo caffè in ufficio o a casa.

POMPADOUR

CALENDARIO D'AVVENTO

Pompadour presenta il suo nuovo Calendario d'Avvento per attendere il Natale con magia e gusto, assaporando 24 infusi selezionati a base di frutta, erbe e spezie di alta qualità. Inoltre, scegliendo il Calendario d'Avvento Pompadour si contribuisce a sostenere l'organizzazione SOS Villaggi dei Bambini (www.sositalia.it). Con questo spirito, Pompadour augura a tutti di trascorrere serenamente il magico periodo dell'Avvento, con una tazza di infuso fumante che riscaldi i cuori e renda più piacevoli le fredde giornate invernali. In esclusiva su: www.pompadour.it.

"Sembra la pentola d'oro degli gnomi, invece è il croccante alle mandorle. Gli step della ricetta mi hanno rinfrescato la memoria e l'ho replicato alla perfezione!"

Prodotto e realizzato da
Stile Italia Edizioni srl

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano

PROGETTO GRAFICO
Silvano Vavassori e **Daniela Arsuffi**

REDAZIONE
Enza Dalessandri
caporedattore

Barbara Galli
caporedattore

Livia Fagetti
caporedattore

Cristiana Cassé
caposervizio

Alessandro Gnocchi
caposervizio

Monica Pilotto
vicecaposervizio

Silvia Bombelli

Daniela Falsitta

Silvia Tatozzi

REDAZIONE GRAFICA
Silvano Vavassori
caporedattore

Susanna Meregalli

Silvia Viganò

Patrizia Zanette

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi
responsabile

Paolo Riosa
ricerca fotografica

CON LA COLLABORAZIONE
della redazione web giallozafferano.it

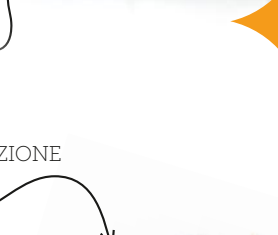
COLLABORATORI
Alessandra Avallone,
Marina Cella,
Monica Cesari Sartoni,
Claudia Compagni,
Daniela Malavasi,
Paola Mancuso,
Francesca Tagliabue

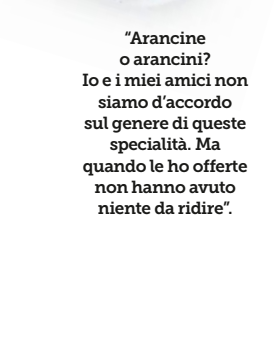
IN CUCINA
Francesca Bagnaschi,
Elena Tettamanzi

FOTO
Sonia Fedrizzi,
Maurizio Lodi,
Mauro Padula,
Felice Scoccimarro,
Archivio Stile Italia Edizioni

STYLIST
Laura Cereda,
Stefania Frediani

"Quest'anno a Natale preparerò il cappone ripieno di gorgonzola, nocciole e mostarda. È un piatto grintoso e dal sapore esplosivo: proprio quello che ci vuole!"

"Mi è piaciuta subito la forma: questi fagottini sembrano piccoli regali di Natale. Ho immaginato che possano contenere un po' d'amore per ciascuno dei miei ospiti".

"Arancine o arancini? Io e i miei amici non siamo d'accordo sul genere di queste specialità. Ma quando le ho offerte non hanno avuto niente da ridire".

"Marito e figlie sono dei veri artisti! Ne ho avuto la conferma quando li ho visti intagliare e modellare il mio impasto per i Grittibänz, magici omini del Natale elvetico".

NEL PROSSIMO **numero** IN EDICOLA IL **15 DICEMBRE**

31 modi
PER PREPARARE IL SALMONE

Che sia fresco o affumicato è difficile resistergli. Te lo proponiamo per antipasto, primo e secondo certi che te ne farai una scorpacciata!

Panettoni

...e pandori: se a Natale te ne sono avanzati, copia le nostre idee per trasformarli in sontuosi dessert

CENONE DI CAPODANNO?

Che sia pieno di ingredienti portafortuna! Prepara le nostre ricette con lenticchie, melagrane e frutta secca: sarà un successone

... E TANTO ALTRO!

MONDADORI MEDIA S.P.A.
SEDE LEGALE
via Bianca di Savoia 12, Milano
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE
20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421- Fax 02/75422683
Casella postale n. 1833, 20101 Milano.
Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I.
DISTRIBUZIONE a cura di Press Di srl.
SERVIZIO ABBONAMENTI è possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: sito web: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 02 75429001; dall'estero tel.: +39 041.509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; posta: scrivere all'indirizzo: Direct Channel SpA – Casella 97 - Via Dalmazia 13, 25126 Brescia (BS). L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.
Gentile abbonato, desideriamo informarti che dal giorno 1 gennaio 2020 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. ha ceduto il proprio ramo d'azienda relativo all'area periodici alla società Mondadori Media S.p.A.. Per effetto di tale cessione, Mondadori Media S.p.A. è subentrata nei rapporti contrattuali relativi al tuo abbonamento precedentemente instaurati tra te ed Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. Di conseguenza, i dati personali raccolti da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. nell'ambito dell'instaurazione o in esecuzione del rapporto contrattuale di abbonamento, sono stati comunicati a Mondadori Media S.p.A., che ne è divenuta titolare del trattamento ai sensi dell'articolo 4 n. 7 del Regolamento UE n. 679/2016 (General Data Protection Regulation – "GDPR"). Trattandosi di una cessione infra-gruppo i tuoi dati personali continueranno ad essere trattati secondo le politiche di gestione e trattamento di dati personali adottate dal Gruppo Mondadori e, in particolare, Mondadori Media S.p.A. tratterà i tuoi dati personali per le stesse finalità e con le stesse modalità per le quali sono stati ad oggi trattati da Arnoldo Mondadori Editore S.p.A., nel pieno rispetto dei principi in materia di protezione dei dati personali previsti dal GDPR e di qualsiasi altra normativa applicabile. Ti invitiamo, quindi, a prendere visione dell'informativa sul trattamento dei dati personali resa da Mondadori Media S.p.A. ai sensi dell'articolo 14 del GDPR visitando il sito internet www.abbonamenti.it/privacyex14mm
SERVIZIO ARRETRATI/COLLEZIONISTI a cura di Press-Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl (tel. 045/8884400) email collez@mondadori.it, conto corrente n°77270387, inviare importo a PressDi Servizio Collezionisti specificando sul bollettino il proprio indirizzo e i numeri richiesti.
CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ Mediamond S.p.A. Palazzo Cellini – Milano Due 20090 Segrate, tel: 02 21025259 e-mail contatti@mediamond.it ; tariffa inserzioni a pagina colori: €21.000.

Pubblicazione registrata al Tribunale di Milano n° 105 del 14/03/2017.
Stampa: Elcograf S.p.A., via Mondadori 15, Verona

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali ISSN 2532-3539

Accertamento Diffusione Stampa Certificato n. 8637 del 25/05/2020